Inhalt

Hinweise und Informationen

Vorwort 2
Inhalt 3
Programmverantwortung/Assistenz 4
Sonderseite MOODLE 6

Bildungsurlaub 180
Leben mit Behinderungen 181
Bürgerhäuser in Kassel 182
Vorträge/Veranstaltungen 183

Jugendbildungswerk Programm 1. Halbjahr 2013 187

Die vhs im Landkreis 190
Ortsregister 191
Stichwortverzeichnis 193
Teilnahmebedingungen 195
Anmeldekarten 196

Anmeldungen über

Tel. 0561-1003 1681

montags bis freitags 7 bis 18 Uhr
samstags 9 bis 13 Uhr

www.vhs-region-kassel.de

facebook: Volkshochschule Region Kassel

Semesterbeginn

Frühjahr / Sommer 2013
Montag 11. Februar

Herbst / Winter 2013
Montag 9. September

Hessische Schulferien

Ostern 2013
25.3. – 5.4.

Sommer 2013
8.7. – 16.8.2013

Gesellschaft 7

Studium Generale 8
Geschichte 9
Politik und Zeitgeschehen 19
Philosophie 22
Recht im Alltag 22
Ehrenamt 22
Pädagogik 24
Welt und Umwelt 24
Bauen und Technik 29
Länderkunde 30

Kultur 31

Lesungen 32
Wege zum literarischen Verstehen 33
Schreib-, Gedicht- und Erzählwerkstätten 35
Theater und Kleinkunst 39
Wege zum musikalischen Verstehen 40
Stimmbildung, Gesang, Chöre 41
Musikwerkstatt, Instrumentalkurse 43
Tanz Aktuell 46
Internationale Folklore und Gesellschaftstanz 50
Kunst- und Kulturgeschichte 51
Kultur im Dialog 55
Zeichnen und Malen 55
Fotografie und Neue Medien 62
Plastisches Gestalten 65
Handwerkliches Gestalten 66
Textiles Gestalten 69
Handarbeitstechniken 70

Gesundheit 73

Forum für Gesundheit 74
Psychologie für den Alltag 75
Heilmittel und Heilmethoden 78
Reisen und Gesundheit 80
Stressbewältigungs- und Entspannungstechniken 82
Autogenes Training 83
Progressive Muskelentspannung 84
Massagen 85
Yoga 86
Qigong 91
Taijiquan 93
Selbstverteidigungskünste 94
Meditation 94
Gymnastik 96
Fitness 103
Schwimmen und Aquafitness 107
Sport 108
Ernährung 110

Sprachen 113

Gemeinsamer Europäischer Referenzrahmen 114
Bildungsurlaube Sprachen 115
Englisch 116
Französisch 122
Italienisch 125
Spanisch 127
Telc-Sprachenzertifikate 131
Altgriechisch 132
Arabisch 132
Chinesisch 133
Dänisch 133
Finnisch 133
Hebräisch 133
Hindi 134
Japanisch 134
Latein 134
Neugriechisch 134
Niederländisch 135
Norwegisch 135
Polnisch 135
Portugiesisch 136
Punisch 136
Russisch 136
Schwedisch 137
Tschechisch 137
Thailändisch 137
Türkisch 138
Ungarisch 138
Gebärdensprache 138
Blindenschrift 138
Deutsch als Fremdsprache 139

EDV und Beruf 145

Nachholen von Schulabschlüssen 146
Mathematik 146
Kaufmännische Praxis 147
Persönlichkeitsentwicklung, Management für Privat- und Berufsleben 147
EDV-Einstieg 151
Betriebssysteme, Hardware, Netzwerke 154
Computerschreiben 155
Office-Anwendungen 155
Multimedia 161
Internet 168
Projektmanagement 171
Programmiersprachen 171
Lesen und Schreiben für Erwachsene 172

Kinder-vhs 173

www.vhs-region-kassel.de

Volkshochschule Region Kassel

Programmverantwortung und Assistenz

Gesellschaft

Programmverantwortung

Thomas Ewald
Tel. 0561-1003 1695
thomas-ewald@landkreiskassel.de

Dr. Klaus-Peter Lorenz
Tel. 05671-8001 2220
dr.-klaus-peter-lorenz@landkreiskassel.de

Dr. Wolfgang Jacob
Tel. 0561-1003 1697
wolfgang-jacob@landkreiskassel.de

Assistenz

Regina Piller
Tel. 05671-8001 2222
regina-piller@landkreiskassel.de

Kultur

Programmverantwortung

Barbara Benedix
Tel. 0561-1003 1686
barbara-benedix@landkreiskassel.de

Jörg Bollerhey
Tel. 05671-8001 2231
joerg-bollerhey@landkreiskassel.de

Dr. Klaus-Peter Lorenz
Tel. 05671-8001 2220
dr.-klaus-peter-lorenz@landkreiskassel.de

Achim Rache
Tel. 0561-1003 1685
achim-rache@landkreiskassel.de

Assistenz

Christina Prell
Tel. 0561-1003 1691
christina-prell@landkreiskassel.de

Regina Piller
Tel. 05671-8001 2222
regina-piller@landkreiskassel.de

Jörg Stange
Tel. 05692-987 3189
joerg-stange@landkreiskassel.de

Gesundheit

Programmverantwortung

Susanne Ebbers
Tel. 05692-987 3190
susanne-ebbers@landkreiskassel.de

Achim Rache
Tel. 0561-1003 1685
achim-rache@landkreiskassel.de

Helgard Hesse
Tel. 0561-1003 1688
helgard-hesse@landkreiskassel.de

Assistenz

Christina Prell
Tel. 0561-1003 1691
christina-prell@landkreiskassel.de

Thomas Günther
Tel. 05692-987 3191
thomas-guenther@landkreiskassel.de

Sprachen

Programmverantwortung

Jenny Giambalvo-Rode
1.8.12-31.8.13 Elternzeit

Vertretung: Laura Prats de Wittig
Tel. 0561-1003 1697
laura-prats-de-wittig@landkreiskassel.de

Fritz Kahre
Tel. 0561-1003 1694
fritz-kahre@landkreiskassel.de

Graziella Rode
Tel. 0561-989 2123
graziella-rode@landkreiskassel.de

Assistenz

Kerstin Gück
Tel. 05671-8001 2224
kerstin-gueck@landkreiskassel.de

Karin Hunecke
Tel. 0561-1003 1698
karin-hunecke@landkreiskassel.de

Helene Lohs
Tel. 0561-989 2122
helene-lohs@landkreiskassel.de

EDV und Beruf

Programmverantwortung

Thomas Ewald
Tel. 0561-1003 1695
thomas-ewald@landkreiskassel.de

H. Friedrich Lammers
Tel. 0561-1003 1687
friedrich-lammers@landkreiskassel.de

Elfriede Schäth
Tel. 05692-987 3193
elfriede-schaeth@landkreiskassel.de

Assistenz

Jörg Stange
Tel. 05692-987 3189
joerg-stange@landkreiskassel.de

Karin Hunecke
Tel. 0561-1003 1698
karin-hunecke@landkreiskassel.de

Regina Piller
Tel. 05671-8001 2222
regina-piller@landkreiskassel.de

Brigitte Böhle
Tel. 05692-987 3192
brigitte-boehle@landkreiskassel.de

Öffentlichkeitsarbeit

Jürgen Strothmann
Tel. 0561-1003 1671
juergen-strothmann@landkreiskassel.de

Finanz- und Rechnungswesen

Sabine Lenhard
Tel. 0561-10031689
sabine-lenhard@landkreiskassel.de

Christina Prell
Tel. 0561-1003 1691
christina-prell@landkreiskassel.de

Jörg Stange
Tel. 05692-987 3189
joerg-stange@landkreiskassel.de

Leitungsteam

Gesamtleitung

Katharina Seewald
Tel. 0561-1003 1690
katharina-seewald@landkreiskassel.de

Pädagogische Leitung

Gerhard Klingelhöfer
Tel. 0561-1003 1670
gerhard-klingelhoefer@landkreiskassel.de

Verwaltungsleitung

Sven Hebestreit
Tel. 0561-1003 1680
sven-hebestreit@landkreiskassel.de

Leitungsassistenz

Kerstin Podewils
Tel. 0561-1003 1693
kerstin-podewils@landkreiskassel.de

Kursleiter/Kursleiterin gesucht

Sie sprechen eine Fremdsprache als Muttersprache oder haben vergleichbare Kenntnisse? Sie haben Freude daran, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten in der Musik, in der EDV oder in einem der vielen anderen Bereiche, in denen die vhs Kurse anbietet, weiterzugeben?

Sprechen Sie uns an. Wir sind interessiert an kompetenten Kursleiterinnen und Kursleitern, die mit ihren Kenntnissen oder auch beruflichen Erfahrungen das Bildungsangebot der vhs ergänzen wollen.

Ihr Ansprechpartner ist der pädagogische Leiter der vhs, Gerhard Klingelhöfer.
Telefon 0561 – 1003 1670, E-Mail gerhard-klingelhoefer@landkreiskassel.de.

Die vhs Volkshochschulen

vhs-Haus Kassel

Wilhelmshöher Allee 19-21, 34117 Kassel
Tel. 0561-1003 1681, Fax 0561-1003 1660
vhs@landkreiskassel.de
Tram 1 und 3, Haltestelle Weigelstraße
RT 5, RT 3, RT 4, Tram 4/8,
Bus 12, 500, Haltestelle Rathaus

vhs-Haus Alte Kleiderfabrik

Raiffeisenweg 2, 34466 Wolfhagen
Tel. 05692-987 3191, Fax 05692-987 3227
thomas-guenther@landkreiskassel.de
RT 4, RE 4

vhs-Haus Lohfelden

Brunnenstraße 9, 34253 Lohfelden
Tel. 05608-959 650 oder 0561-516 931
Fax 05608-959 651
vhs@landkreiskassel.de
KVG-Buslinie 37, Haltestellen Lohfelden,
Vollmarshausen, Mitte u. Kirche

Philipp-Scheidemann-Haus

Holländische Straße 74, 34127 Kassel
Tel. 0561-989 2123, Fax 0561-989 2124
Öffnungszeiten:
Mo. u. Di. 9:00 - 13:00, Do. 14:00 - 17:00
Tram 1 und 5, Haltestelle Mombachstraße

vhs-Haus Hofgeismar

Kasinoweg 22, 34369 Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222, Fax 05671-8001 2228
regina-piller@landkreiskassel.de
RT 3, RE 3 (Hagen), Eurobahn (Münster)

vhs-Haus Baunatal

Am Erlenbach 5, 34225 Baunatal
Tel. 0561-475 6649
vhs@landkreiskassel.de
Tram 5, Haltestelle Kleingartenverein
Bus 51, Lärchenweg

Die Adressen der Bürgerhäuser in der Stadt Kassel
finden Sie auf Seite 182

Anmeldung über: vhs@landkreiskassel.de

Blended Learning mit MOODLE

Blended Learning ist ein Lernkonzept, das die heute verfügbaren Möglichkeiten der Vernetzung über Internet oder Intranet in Verbindung mit ‚klassischen' Lernmethoden nutzt.
Es ermöglicht neben der persönlichen Begegnung im Kursraum auch Lernen und Kommunizieren losgelöst von Ort und Zeit.
Kurz gesagt, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben zusätzlich zu den Treffen in der vhs die Möglichkeit, zu Hause am PC zu lernen, und sind online verbunden mit Ihrem Kursleiter.
Zu dieser Online-Begleitung zum vhs-Kurs nutzen wir die Internetplattform Moodle.

Blended Learning mit MOODLE

Moodle-Infoveranstaltungen

für alle, die Interesse an der Teilnahme an vhs-Kursen mit Online-Begleitung haben

K5196
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 15.2. / 14:00 - 17:00
gebührenfrei

K5198
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 19.2. / 18:00 - 21:00
gebührenfrei

Präsenzkurse mit Online-Begleitung

Spanisch A1.1

K4500
Idaniurka Tamayo Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Di. 26.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €
Siehe Seite 127

Spanisch A1.2

K4524
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €
Siehe Seite 128

Spanisch A1.2

K4525
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mi. 27.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €
Siehe Seite 128

Spanisch A1.2

K4526
Idaniurka Tamayo Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €
Siehe Seite 128

Deutsch als Fremsprache A2

K4866
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Mi. 27.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
75 €
Siehe Seite 141

Access

Grundkurs

K5413
Access 2010
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 9.4. / 18:00 - 21:00 / 5 Termine
144 €
Siehe Seite 161

Training Microsoft Office 2010

K5300
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 23.2. / 9:00 - 16:30
So. 24.2. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 16.2.
90 €
Siehe Seite 155

Adobe Photoshop CS3

Grundkurs

K5457
Evgenia Gostrer
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mi. 20.2. / 18:15 - 21:30 / 5 Termine
136 €
Siehe Seite 165

Adobe Photoshop CS3

Aufbaukurs

K5459
Evgenia Gostrer
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mi. 10.4. / 18:15 - 21:30 / 5 Termine
120 €
Siehe Seite 165

Bildbearbeitung mit Photoshop Elements

Vertiefung

K5453
Photoshop elements 10
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Fr. 24.5., 7.6., 21.6. / 13:45 - 16:45
72 €
Siehe Seite 164

Gesellschaft

Ansprechpartner/-innen

Studium Generale **Geschichte** **Politik und Zeitgeschehen**	Thomas Ewald, Kassel Tel. 0561-1003 1695 thomas-ewald@landkreiskassel.de
Philosophie **Recht und Finanzen** **Ehrenamt** **Familie, Erziehung, Schule** **Länderkunde**	Dr. Klaus-Peter Lorenz, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2220 dr.-klaus-peter-lorenz@landkreiskassel.de Regina Piller, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2222 regina-piller@landkreiskassel.de
Verbraucherfragen **Gäste-, Stadt- und Naturführer** **Welt und Umwelt**	Dr. Klaus-Peter Lorenz, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2220 dr.-klaus-peter-lorenz@landkreiskassel.de Regina Piller, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2222 regina-piller@landkreiskassel.de
Welt und Umwelt	Dr. Wolfgang Jacob, Kassel Tel. 0561-1003 1697 wolfgang-jacob@landkreiskassel.de
Arbeit und Leben	Thomas Ewald, Kassel Tel. 0561-1003 1695 thomas-ewald@landkreiskassel.de

In der schönen grünen Nordspitze unseres Kreises setzen wir Harald Schmidts Geschichtsexkursionen mit neuen Zielen fort: Der Burgberg bei Trendelburg-Deisel und der mit einer markanten Haube versehene Trendelburger Bergfried sind seine neuen Ziele.
Flöße mögen für manchen Älteren zu den kostbaren Kindheitserinnerungen gehören. Im Frühjahr wird es im Weserdorf Veckerhagen einen Vortrag zur Geschichte der Flößerei geben und später einen Besuch am Einbindeplatz der Flößer an der Fulda in Kassel.
Fortsetzen werden wir die Veranstaltungsreihe zum Klimaschutz mit der Gemeinde Lohfelden. Franz Alt wird zum Vortrag kommen über die Sonne, die keine Rechnung stellt, ein Besuch in der Werkstatt der Regiotram erlaubt einen Blick hinter die Kulissen dieses umweltfreundlichen Schienenverkehrsmittels, und beim Bike-Festival in Willingen besuchen wir die rad-innovative Firma Rohloff aus Fuldatal.
Gesellschaftspolitisch wird die Ukraine einer eingehenden Betrachtung ihrer Entwicklung mit einer Vortragsreihe unterzogen.
Des weiteren werden wir uns in Kassel mit dem Rechtsterrorismus der NSU in einer Abendveranstaltung auseinandersetzen.
Im Umweltbereich laden wir zu neuer Gärtnerei in der Kommune Kaufungen und schließlich einem Veredelungskurs für Obstgehölze ein.
Wie die jüdische Bevölkerung vor ihrer Vernichtung wirtschaftlich ausgeplündert wurde, zeigt die Ausstellung „Legalisierter Raub“, die im Regionalmuseum Wolfhagen präsentiert wird. Dazu gibt es ein umfangreiches Begleitprogramm. Zum Thema Nationalsozialismus gehört auch eine Exkursion in die Gedenkstätte Mittelbau-Dora. In diesem KZ wurden in unterirdischen Tunneln die Raketen V1 und V2 gefertigt. Die Häftlinge litten unter unvorstellbaren Bedingungen.
Außerdem werden wir uns weiterhin chronologisch mit der Geschichte der Landgrafschaft Hessen beschäftigen. Die Zeit von Landgraf Karl wird in Vorträgen und durch Exkursionen wieder lebendig.
Das Studium Generale wird fortgesetzt. Wichtige Themen aus Geschichte, Literatur, Kunst und Naturwissenschaften werden Ihnen allgemein verständlich präsentiert.
Auch die Philosophie kommt in diesem Semester nicht zu kurz. Einen Schwerpunkt bildet das Werk von Immanuel Kant.

STUDIUM GENERALE

Mit dem STUDIUM GENERALE bieten wir Ihnen eine fundierte Allgemeinbildung auf unterschiedlichen Gebieten. Sie können in kurzer Zeit ein solides Grundwissen erwerben. Folgende Bereiche werden auf hohem Niveau in allgemein verständlicher Sprache behandelt:
Geschichte, Politik, Wirtschaft
Kunst, Musik, Film
Literatur und Philosophie
Naturwissenschaften

Jeder dieser Bereiche besteht aus vier Modulen.

1. Bereich
Geschichte, Politik und Wirtschaft
- Deutsche Geschichte von Karl dem Großen bis zur Französischen Revolution
- Deutsche Geschichte des 19. und 20. Jahrhunderts
- Politik und Wirtschaft in der Bundesrepublik Deutschland und in der DDR
- Weltwirtschaft und Weltpolitik

2. Bereich
Kunst, Musik und Film
- Kunstgeschichte vom Mittelalter bis zum Impressionismus
- Kunstgeschichte des 20. Jahrhunderts
- Klassische Musik vom Barock bis zur Moderne
- Filmgeschichte

3. Bereich
Literatur und Philosophie
- Geschichte der deutschen Literatur vom Mittelalter bis zur Weimarer Klassik
- Geschichte der deutschen Literatur im 19. und 20. Jahrhundert
- Philosophische Theorien der Antike
- Grundlegende philosophische Theorien der Neuzeit und der Moderne

4. Bereich
Naturwissenschaften
- Geschichte der Erde
- Der gestirnte Himmel - unser Universu
- Darwin und die Stammesgeschichte des Menschen
- Biologische Grundlagen menschlichen Handelns

Die einzelnen Module sind in sich abgeschlossen. Für jedes Modul, an dem Sie teilgenommen haben, bekommen Sie eine qualifizierte Teilnahmebescheinigung.
Pro Semester bieten wir aus jedem Bereich ein Modul an, so dass alle hintereinander belegt werden können.
In insgesamt vier Semestern (2 Jahren) werden alle Module aus allen Bereichen einmal behandelt worden sein.
Jedes Modul besteht aus drei Abenden zu jeweils 90 Minuten. Sie erhalten zu jedem Modul ein Papier mit den wesentlichen Inhalten und Literaturhinweisen.
Welches oder welche Module Sie belegen wollen, ist allein Ihre Sache. Ob eines, zwei, drei oder alle: Sie sind uns herzlich willkommen.

In diesem Semester werden folgende Module angeboten:

Geschichte, Politik, Wirtschaft

Deutsche Geschichte des 19. und 20. Jahrhunderts

K1000
Thomas Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 3 Termine
30 €

Kunst, Musik, Film

Moderne Kunst seit dem Expressionismus

K1001
Silke Renner-Schmittdiel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 6.3. / 18:15 - 19:45 / 3 Termine
30 €

Literatur und Philosophie

Geschichte der deutschen Literatur im 19. und 20. Jahrhundert

K1002
Prof. Dr. Lothar Döhn
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 10.4. / 18:15 - 19:45 / 3 Termine
30 €

Naturwissenschaften

Darwin und die Stammesgeschichte des Menschen

K1003
Dr. Marion Irmgard Müller, Diplom-Geologin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 8.5. / 18:15 - 19:45
Mi. 15.5. / 18:15 - 19:45
Mi. 22.5. / 18:15 - 19:45
3 Termine
30 €

Thematische Vertiefungen

Im Folgenden finden Sie thematische Vertiefungen aus den einzelnen Wissensgebieten. Diese Kurse sind vor allem für diejenigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer gedacht, die bereits die Grundmodule des Studium Generale besucht haben.
Aber natürlich sind uns auch alle anderen, die sich für einzelne oder alle Themen interessieren, herzlich willkommen.
Es gilt dasselbe Prinzip wie bei den Grundmodulen. Welche Kurse sie belegen, ist allein Ihre Sache.
Wenn Sie Fragen haben, beraten wir sie gern.
0561 1003 1695: Thomas Ewald

Folgende Vertiefungen werden in diesem Semester angeboten:

Philosophie: Willensfreiheit, Sittengesetz und Vernunft: Die Moralphilosophie von Kant

Immanuel Kant (1724 -1804) gilt als einer der wichtigsten Philosophen überhaupt. Der Kerngedanke seiner Moralphilosophie war der sogenannte „kategorische Imperativ“: „Handle so, dass die Maxime deines Willens jederzeit zugleich als Prinzip einer allgemeinen Gesetzgebung gelten könne.“ Der Kurs gibt eine kurze Einführung in Kants Moralphilosophie. Der Aufbau seiner Argumentation und die zentralen Begriffe werden erläutert. Außerdem wird untersucht, ob Kants Sichtweise auch heute noch aktuell ist.
Lektüretipp:
Immanuel Kant, Kritik der praktischen Vernunft. Grundlegung zur Metaphysik der Sitten, herausgegeben von Wilhelm Weischedel, Frankfurt/M. (Suhrkamp) 2010,
ISBN 9783518276563

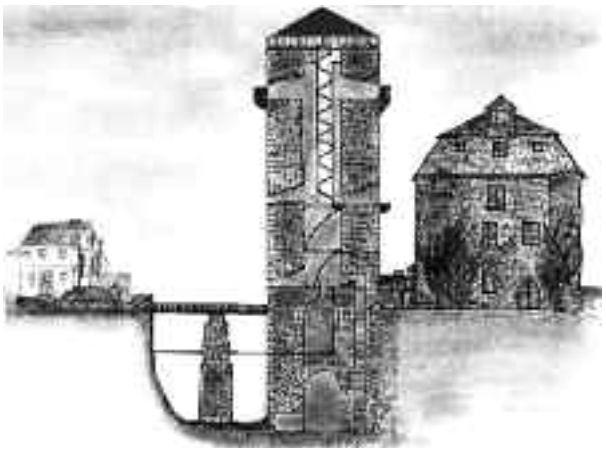
K1004
Jürgen Lachmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Fr. 12.4. / 16:15 - 17:45 / 3 Termine
30 €

Geschichte der Architektur

Architektur ist ein wesentlicher Indikator für Kultur und Politik. Dem technischen Fortschritt unterworfen, ist sie zudem stilbildend und prägt das Landschaftsbild bis in unsere heutige Zeit. Hatten Behausungen in der Frühzeit in erster Linie eine Schutzfunktion, entwarf der Mensch später Stadträume als Ausdruck seiner sozialen und kulturellen Gemeinschaft mit anderen.
Innerhalb der drei Veranstaltungen betrachten wir die Entwicklung der Architektur einzelner Epochen mit ihren stilistischen Merkmalen, Unterschieden, Einflüssen, technischen Entwicklungen und der Verwendung von neuen Materialien bis in die Gegenwart.

K1005
Silke Renner
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Fr. 3.5. / 16:15 - 17:45
3 Termine
30 €

Geschichte



Archäologie

Archäologische Funde aus der Region

In diesem Semester wird eine theoretisch-praktische Einführung in die alltäglichen Sachgüter unserer vor- und frühgeschichtlichen Vorfahren gegeben. Es sind praktische Übungen mit mind. 2 Exkursionen integriert. Fahrten erfolgen in eigener Verantwortung.

K1021
Dr. Jürgen Kneipp
Kassel
Olof-Palme-Haus, Raum 8
Fr. 15.2. / 19:00 - 21:00 / 12 Termine
80 €

Halle: Mehr als nur die Himmelsscheibe

Bahnreise zu Schätzen von Altsteinzeit bis Bronzezeit und zu den Schönheiten der Altstadt

Exkursion

Das Spektakuläre wird hier Erlebnis und das Unscheinbare Ereignis: Zwischen dem altsteinzeitlichen Lagerplatz Bilzingsleben (370.000 Jahre vor heute) und dem Original der Himmelsscheibe von Nebra (3.600 Jahre vor heute) liegen unzählige verblüffende Entdeckungen, berührende Einzelschicksale und spannende Geschichten längst vergangener Generationen. Auf vielfachen Wunsch jetzt mit längerem Aufenthalt für eine Führung durch die Altstadt dieser Perle an der Saale - vom Museum bis zu den Franckeschen Stiftungen in der Nähe des Hauptbahnhofs.

K1022
Günther Weikert
Halle/Saale
Landesmuseum für Vorgeschichte, Richard-Wagner-Str. 9-10
Sa. 9.3. / 8:00 - 20:00
Leistungen: Bahnfahrt ab Kassel Wilhelmshöhe, Reisebegleitung, Eintritt und fachliche Führung im Museum, Altstadtführung.
Anmeldeschluss 27.2.
33 €
Für Schulkinder in Begleitung Erwachsener geeignet

Einführung in die steinzeitliche Urgeschichte: Neolithikum

Der zweite Teil der Ringvorlesung zur Universalgeschichte widmet sich überblicksartig der Entwicklung der jungsteinzeitlichen Kultur, beginnend bei der so genannten „Neolithischen Revolution" und endend mit dem Übergang zum Zeitalter der Bronzezeit. Hierbei stehen sowohl Vorderasien mit dem Schwerpunkt Anatolien als auch Afrika, Europa, China und Südasien im Interesse der Vorlesung.

K1023
Dr. Andreas Mohr
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Do. 14.2. / 16:15 - 17:45 / 15 Termine
75 €

Hollywood und die Römer

Seit den Monumentalfilmen der 1950er Jahre waren römische Geschichte und Kultur immer wieder Thema von Spielfilmen, Dokumentationen und sogar Fernsehserien. Das Seminar versucht eine überblicksartige Analyse des historischen Gehalts dieser filmischen Projekte: Prägen derartige Präsentationen das Geschichtsbild breiter Bevölkerungsschichten? Welchen Stellenwert hat historische Genauigkeit in diesem Prozess? Welche „Geschichtsbilder" oder Klischees der Filmemacher sind hinter den visuellen Umsetzungen erkennbar, und was sagt das über mögliche Wirkungen auf die Zuschauer aus? Woran erkennt man wissenschaftlich „gut" recherchierte und historisch vertretbar gestaltete Drehbücher, Kostüme, Locations, Dialoge und Handlungsabläufe? Wie kann man „gute" historische Adaptionen von schlechten Darstellungen der römischen Kultur in Film und Fernsehen unterscheiden? Und last but not least: Welche Filme, Fernsehfolgen und Dokumentationen der letzten 50 Jahre eignen sich für die didaktische Verwendung in Schule, Universität und Volkshochschule, welche hingegen nicht?

K1024
Dr. Andreas Mohr
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Elisabethstadt Marburg an der Lahn

Elisabethkirche und Altstadtbummel

Exkursion

Die Universitätsstadt Marburg an der Lahn ist mit ihrem Stadtbild und Stadtleben seit Jahrhunderten eine Perle unter den deutschen Städten. Im Mittelpunkt des Tagesausfluges mit der Bahn steht eine Stadtführung durch die alten Gassen der Oberstadt bis hinauf zum Schluss. Anschließend Einkehr in ein gemütliches Traditionscafé.

K1028
Ulrike Ortwein
Marburg/Lahn
Elisabethkirche, Elisabethstr. 3
Fr. 14.6. / 12:20 - 19:30
Bahnreise ab Kassel Hbf, Zustieg Wilhelmshöhe und Wabern möglich. Reisebegleitung, Führung.
Anmeldeschluss 3.6.
25 €

Apfelranken und eine Ringwallanlage

Wanderung zur Geschichte des Burgberges bei Trendelburg-Deisel

Exkursion

Die versteckt liegende Ringwallanlage auf dem Burgberg bei Trendelburg-Deisel ist Ziel einer Wanderung auf schönen Waldwegen durch einen Buchenwald. Ausgangspunkt ist die Deiseler Kirche mit einer ungewöhnlichen Ausmalung des 16. Jahrhunderts - mit Apfelranken. Christliche und vorchristliche Kulturen sind Themen der Exkursion zum Fliegenberg, der ursprünglich Flieheberg hieß. Wanderschuhe sind empfehlenswert.

K1031
Harald Schmidt
Trendelburg-Deisel
Dorfplatz
So. 28.4. / 14:00 - 16:30
Anmeldeschluss 18.4.
8,50 €

Die Geschichte des Trendelburger Bergfrieds

Exkursion

1912 wurde ein Eingang in den Turm gesprengt. So entstand der heutige Zugang zum fünften und größten Turm der Trendelburg. Ursprünglich als Verteidigungs- und Fluchtturm erbaut dient er nun Rapunzel als Zuhause. Im Turm war früher ein Verließ, später die Wasserversorgung und sogar eine Mobilfunkstation.
Nachdem der Bergfried der Burg Trendelburg jahrzehntelang geschlossen waren, ist er nach umfangreicher Renovierung seit September 2012 wieder geöffnet. Aufgang und Ausblick sind ein Erlebnis.

K1032
Harald Schmidt
Trendelburg
Rathaus, Marktplatz 1
So. 26.5. / 14:00 - 16:15
Anmeldeschluss 16.5.
7,50 €

Flößerei nach 1964: „ Mit den Flößen bergauf oder reine Nostalgie?“

Auf der Weser ist länger als auf allen anderen deutschen Flüssen geflößt worden. Die Bedeutung dieser Transporttechnik für Mitteleuropa ist hinreichend bekannt. Im Weserraum sind die Erinnerungen an die Langholz-Flößerei immer noch sehr lebendig. Die Weserflößer haben durch die Floßfahrten 2003 von Reinhardshagen bis Bodenwerder, 2008 von Reinhardshagen bis Bremen und 2009 von Reinhardshagen bis Minden bundesweite mediale Aufmerksamkeit erregt. Die übergroße Resonanz in der Bevölkerung gab den Anstoß für eine weitere Floßfahrt, die 2013 anlässlich des Hessentages von Kassel über Fulda und Weser bis nach Minden führen soll. Die Saalveranstaltung führt in dieses Projekt ein.

Eckhard Meyer, Weserflößer Reinhardshagen
Reinhardshagen-Veckerhagen
Hotel Peter, Untere Weserstr. 2, Saal
So. 12.5. / 17:00 - 19:15
gebührenfrei

Floßbau am Fuldaufer

Besichtigung des Floßbauplatzes am Fuldaufer in Kassel

Exkursion

Anlässlich des Hessentages 2013 planen die Weserflößer Reinhardshagen eine erneute Floßfahrt und in diesem Fall von Kassel nach Minden. Das Einbinden der Stämme und die Fertigstellung des Floßes dauern mehrere Tage. Zum Sommerbeginn sollen die ersten Stämme in die Fulda gerollt werden. Die Weserflößer möchten dabei die Bevölkerung über die Technik und die Geschichte der Flößerei informieren und stehen bei der Veranstaltung für Fragen zur Verfügung.

K1034
Eckhard Meyer, Weserflößer Reinhardshagen
Kassel
WVC-Gelände an der Fulda, Auedamm 23
Sa. 15.6. / 14:00 - 16:15
Anmeldung erforderlich!
Anmeldeschluss 6.6.
gebührenfrei

Frühlingsimpressionen im Bergpark Wilhelmshöhe

Exkursion

Wie kamen die Herrscher Hessen-Cassels auf die Idee, ihre Residenz mit einem großzügig gestalteten Stück Natur zu krönen? Welches war die barocke Leitidee, über der der antike Held die Keule zeigt? Was wollten Landgrafen und Kurfürsten mit der Bändigung der Naturgewalten wie der Kraft des Wassers in Kaskaden und Fontänen demonstrieren? Die Idee von der beherrschten Natur begleitet das gleichwohl überaus sinnliche Frühlingsvergnügen.

K1035
Ulrike Ortwein
Kassel
Bergpark Wilhelmshöhe, Endstation Linie 1
Sa. 1.6. / 14:00 - 16:00
Anmeldeschluss 21.5.
9 €

Lüneburg - die reiche schöne Hansestadt

Bahnreise in die prachtvolle Hansestadt

Exkursion

Lumborg nennt der Niedersachse seine Heimatstadt auf niederdeutsch. Die Namensgeberin der Heide ist mehr als ein Jahrtausend alt. Schon im 10. Jahrhundert war das "weiße Gold", das Salz, Grundlage für den Aufstieg, den Reichtum und politischen Einfluss der Stadt. 60.000 Einwohner hat diese Perle zwischen Nordsee und Aller heute. Baugeschichtlich ist die Backsteingotik ein auch durch Kriege unzerstörtes Kleinod geblieben. Was für ein Vergnügen, durch die belebten Straßen und Gassen zu flanieren! Die Stadt ist dabei jung und lebendig - zwei Hochschulen und der Tourismus bringen Menschen in die Stadt. Nach der Stadtführung stilvolle Einkehr ins Café (nicht im Preis).

K1036
Günther Weikert
Lüneburg
Historisches Rathaus
Sa. 27.4. / 7:45 - 21:15
Leistungen: Bahnfahrt ab Baunatal Guntershausen und Kassel Hbf, Begleitung, fachliche Führung
Anmeldeschluss 8.4.
27 €

Erfurt

Bahnreise zu einem mittelalterlichen Stadterlebnis

Exkursion

Die Landeshauptstadt Thüringens gilt als Ort, an dem Geschichte und Moderne aufeinander treffen. Mit seinem drei Quadratkilometer großen mittelalterlichen Stadtkern sowie zahlreichen Fachwerkbauten ist Erfurt ein besonderes Stadterlebnis wert. Die reiche mittelalterliche Stadt an bedeutenden Handelswegen wurde angesichts 43 Kirchen und 36 Klöstern auch als das deutsche Rom bezeichnet.
Die Erfurter Altstadt, das monumentale Ensemble von Dom St. Marien und Severikirche, die Krämerbrücke und die Alte Synagoge liegen an ihrem Weg.
Einem gemütlichen Stadtspaziergang schließt sich ausreichend freie Zeit für eigene Erkundungen an.

K1037
Günther Weikert
Erfurt
Sa. 8.6. / 8:00 - 19:00
Leistungen: Bahnfahrt ab Kassel-Wilhelmshöhe, Begleitung, Stadtführung in Erfurt
Anmeldeschluss 28.5.
26 €

Münster - Stadt des Westfälischen Friedens

Europäischer Frieden und Picassos Menschenliebe

Exkursion

Münster - Bischofssitz, Hansestadt, Universitätsstadt und Stadt des Westfälischen Friedens. Hier wurde der große europäische Krieg mit den Friedensverhandlungen 1648/1649 beendet und der Grundstein für eine europäische Friedensordnung und das Völkerrecht gelegt. Nach einer Altstadtführung, die nun auch für die Besichtigung des Erbdrostenhofs und des Doms mehr Zeit vorsieht, geht es in das Kunstmuseum Pablo Picasso.
Danach bleibt genügend Zeit für einen zweistündigen Bummel durch die Stadt. Bahnreise mit der Eurobahn ab Kassel-Wilhelmshöhe.

K1038
Günther Weikert
Münster
Kunstmuseum Pablo Picasso, Picassoplatz 1
Sa. 16.3. / 10:00 - 21:00
Leistungen: Tagesreise mit Regionalexpress, Reisebegleitung ab Kassel Wilhelmshöhe, Altstadtführung, Eintritt Kunstmuseum.
Anmeldeschluss 5.3.
36 €

Geschichte und Zukunft der Genossenschaftsbewegung

Fast könnte man die Genossenschaft als dritten Weg bezeichnen zwischen den Interessen des Kapitals und denen von Produzenten wie Konsumenten - Die Genossenschaften legen das Geld von Arbeitenden wie Wohnenden „im eigenen Interesse“ oder „auf eigene Rechnung“ an. Sie sind nicht mehr abhängige „Nehmer“, sondern Bestimmer des wirtschaftlichen Geschehens. Ihre erste Blüte in der Neuzeit erleben sie in der sich ungehemmt entwickelnden Industriegesellschaft . Wohl bekannt sind Wohnungsbaugenossenschaften und die Zusammenschlüsse der Winzer.
Auch mit Blick auf die Energiewirtschaft ist die Grundfrage nach dem Einfluss auf das Produkt eine Zukunftsfrage, auf die Genossenschaften eine Antwort geben können.
Eingeladen sind ein Referent vom Genossenschaftsverband, die örtliche Genossenschaftsbank und die lokale Windkraft-Genossenschaft in Gründung.

Bernhard Brauner, Christian Kulpe (angefragt)
Lohfelden
Gemeinde- und Schulbücherei Lohfelden, Hauptstelle
Do. 11.4. / 19:30 - 21:15
gebührenfrei

Hessen-Kassel unter Landgraf Karl (1677 – 1730)

Vortrag

Landgraf Karl ist nach Philipp dem Großmütigen der bedeutendste hessische Herrscher, allerdings im allgemeinen deutschen Geschichtsbewusstsein längst nicht so bekannt wie der große Reformationsfürst, weil ihm sein Staat nicht die gleiche Machtbasis für politisches Handeln bot. Dennoch spielte Karl als begabter und tatkräftiger Fürst mit seinem Land und seiner Regierung eine beachtete Rolle auf der politischen Bühne Europas. Hessen-Kassel war an allen großen Ereignissen und Entscheidungen der europäischen Geschichte dieser Zeit beteiligt oder versuchte, Nutzen daraus zu ziehen. Karl ist Hessens „klassischer“ Barockfürst und prägte mit dem Optimismus der Frühaufklärung in seiner Innenpolitik alle Bereiche des öffentlichen Lebens. Viele seiner Schöpfungen

setzten Maßstäbe für die Zukunft und beeindrucken noch heute (Weltkulturerbe!).

Karl-Hermann Wegner
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 2.5. / 19:30 - 21:30
5 €

Die Aufnahme der Hugenotten und ihre Bedeutung für die Landeskultur

Vortrag

Beispielhaft für die Wiederaufbauleistung der Barockzeit in Hessen-Kassel nach den Zerstörungen und Nachwirkungen des Dreißigjährigen Krieges ist die Aufnahme der Hugenotten, an der Landgraf Karl wesentlichen, ganz persönlichen Anteil hatte. Der Vortrag behandelt auch die engen Beziehungen, die Hessen-Kassel seit dem 16. Jahrhundert zu den Reformierten Frankreichs (Hugenotten) unterhielt, und schildert die drei Phasen ihrer Ansiedlung in Nieder- und Oberhessen. Es war für Hessen–Kassel von ganz besonderer Bedeutung, dass die eingewanderte Bevölkerung aus dem damals höchstentwickelten Land Europas in allen Bereichen der Landeskultur wirksam wurde.

Karl-Hermann Wegner
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 16.5. / 19:30 - 21:30
5 €

Die Aufnahme und ersten Ansiedlungen der Hugenotten in Hofgeismar und Umland

Exkursion

Kaum anderswo ist hugenottisches Wirken in Ortsbildern und Einzelbauten so anschaulich erlebbar wie nördlich von Kassel. Nirgendwo sonst in Deutschland gibt es Gebiete mit solch konzentrierter hugenottischer Dorflandschaft wie hier. Wir besuchen die „Kolonien" des ersten Flüchttlingsstroms unmittelbar nach Widerrufung des Ediktes von Nantes (Edikt von Fontainebleau 1685): Hofgeismar (Neustädter Kirche mit Grabstätte und Denkmal des geistigen Führers und Organisators der ersten Hugenotten in Hessen, David Clement). Carlsdorf und Mariendorf werden ebenfalls besucht als weitere Gründungen der ersten Phase. Kelze (1699) und Friedrichsdorf (1775) sind als Beispiele der zweiten Gründungsphase die weiteren Stationen der Exkursion.
Der Bus startet um 13 Uhr in der Wilhelmshöher Allee vor der vhs und wird dort gegen 19:30 Uhr wieder eintreffen.

K1042
Karl-Hermann Wegner
Do. 23.5. / 13:00 - 19:30
35 €

Karlskanal, Karlshafen sowie die jüngsten hugenottischen Kolonien

Exkursion

Beispielhaft für die wirtschaftlichen Erwartungen, die sich mit der Hugenottenansiedlung verbanden, waren die Projekte eines Weserhafens Karlshafen (1699) und eines Kanals von dort über Hofgeismar zur Hauptstadt Kassel. Wir besuchen die Hugenottenkolonie Schöneberg (1699), Heimat der Familie Pierson („Viehmännin"), die Reste des Kanals mit seinen Schleusen bei Hümme und Trendelburg und erleben Karlshafen als das geplante Tor Hessens zur Nordsee und zum Welthandel. Die Waldenserkolonien Gottstreu und Gewissensruh in ihrer ländlichen Bescheidenheit runden das Bild als Denkmäler großer Glaubenstreue ab.
Der Bus startet um 13 Uhr in der Wilhelmshöher Allee vor der vhs und wird dort gegen 19:30 Uhr wieder eintreffen.

K1043
Karl-Hermann Wegner
Do. 6.6. / 13:00 - 19:30
35 €

MUNDUS
SENIOREN-RESIDENZ
Dem Alter
mehr Leben geben.
Mitten im Leben. Mitten in Kassel.
Wohnen in der MUNDUS Senioren-Residenz ist Lebensfreude in den eigenen vier Wänden. Mitten im Leben, mitten in der Stadt und mit allen Annehmlichkeiten, die ein selbstbestimmtes Leben schöner machen.
• Zentrale Lage im Kurbezirk am Bergpark Wilhelmshöhe
• Großzügige, freundliche Wohnungen
• 24-Stunden-Notrufbereitschaft
• Bibliothek, Restaurant, Kegelbahn, Schwimmbad und Gymnastikbereich
• Hauseigener ambulanter Pflegedienst
• Stationäre Pflege / Kurzzeitpflege
Bei uns ist jeder Tag ein Info-Tag – besuchen Sie uns in Ihrem neuen Zuhause.
Mehr Infos unter Tel.: (0561) 935 73-0 oder www.mundus-leben.de

Geschichte erwandern

Vortragsreihe im Naturparkzentrum auf dem Dörnberg

März bis November, jeden ersten Sonntag im Monat um10:30 Uhr mit dem Referenen Klaus Fröhlich.
Die Teilnahme an einer Veranstaltung kostet 5 €.
Eine Veranstaltungsreihe des Naturparkzentrums Habichtswald in Kooperation mit der vhs Region Kassel

Nach einem kurzen Bildvortrag über das Ziel der Wanderung des Tages im Medienraum des Naturparkzentrum (ehemaliger Landesjugendhof: Auf dem Dörnberg 13), Zierenberg,folgt eine etwa zweistündige Wanderung zu den Spuren der Zeit im Bereich des Hohen Dörnbergs.
Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk sind erforderlich.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Sonntag, 3. März 2013

Die Helfensteine
Mittelalterlicher Burgstall und/oder heiliger Platz?

Was ist dran am Mythos von den helfenden Steinen über dem heilenden Wasser?
Gibt es hier Kalendermarken? Warum spinnt der Kompass hier? Wo steht die Sphinx?

Sonntag, 7. April 2013

Der Blumenstein / Die Wichtelkirche
Die Herren vom Blumenstein beherrschten das obere Warmetal und waren reich begütert. Wir erforschen Spuren der Burg auf der Wichtelkirche. Wir besuchen die Wüstung des Dorfes Blumenstein.
Die Sage von der Wichtelkirche erzählt von dem Ringen zwischen Christentum und Heidentum.

Sonntag, 5. Mai 2013

Die Keltenburg auf dem Hohen Dörnberg
Wir steigen hinauf zur keltischen Burg. Wir umrunden die Festung auf den Resten der 1050 Meter langen Burgmauer. Wir erforschen die Wasserversorgung der Burganlage. Wir sehen Relikte der ersten Segelflieger auf dem Dörnberg.

Sonntag, 2. Juni 2013

Die Immelburg - eine Vorburg der Keltenburg auf dem Dörnberg
Inm Jahr 2008 entdecken Archäologen der Universität Mainz eine 11 Hektar große Vorburg auf dem Sattel zwischen dem Dörnberg und den Helfensteinen. Wir erwandern die Reste der Burgmauer und entdecken eindrucksvolle, mystische Felsformationen an der östlichen Steilkante des Geländes.

Sonntag, 7. Juli 2013

Sieben geheimnisvolle Katzensteine
Rund um den Dörnberg erheben sich sieben geheimnisvolle Katzensteine zu einem schützenden Ring um den Dörnberg. Sie heißen nicht nur Katzensteine, sondern mehrere haben auch die Form einer Katze.
Auf alten, vor 1852 erstellten Landkarten sind alle sieben Katzensteine aufgeführt. Unter königlich-preußischer Verwaltung wurde das Hessenland neu vermessen und einige der geheimnisvollen Steine verschwanden von der Landkarte.

Sonntag, 4. August 2013

Der Hohlestein
Wir wandern zum Hohlestein. Kleine mittelalterliche Burgstätte oder umhegtes Naturheiligtum? Urkundlich schon 1525 erwähnt wird ein Wasserbassin oben im Felsen. Auch in trockenen Sommern soll das Wasser im Hohlestein nicht versiegen. Ein geomantischer Kraftplatz? Ein uraltes Heiligtum?

Sonntag, 1. September 2013

Der Dörnberg im Netz antiker Höhenwege
Dem Nord-Süd Verkehr, der heute auf der A7 fließt, stand bis ins frühe Mittelalter nur ein Höhenweg zur Verfügung, der unmittelbar am Dörnberg vorbeiführte. Ebenso tangierte eine wichtige Ost-West Verbindung in antiker Zeit den Hohen Dörnberg. Wir verfolgen die alten Wege und suchen nach den Spuren der Legionen.

Sonntag, 6. Oktober 2013

Hatte der Keltenfürst auf dem Dörnberg die besseren Waffen?
Bei der Grabung der Universität Mainz im Jahr 2009 auf dem Hohen Dörnberg trat Eisenschlacke zu Tage.
Vermutlich hat der Keltenfürst innerhalb der Burgmauern Eisen produzieren lassen. Wir steigen auf den Berg, besichtigen die Fundstellen und besuchen auf dem Rückweg einen Platz, wo möglicherweise Eisenerz abgebaut und gewaschen wurde.

Sonntag, 3. November 2013

Das Grab einer keltischen Priesterin?
In Sichtweite der Keltenburg auf dem Dörnberg wurde 1968 in Ahnatal-Weimar das Grab einer eisenzeitlichen Priesterin oder Fürstin entdeckt. Wir wandern auf den Dörnberg und blicken in die Siedlungskammer Weimar/ Heckershausen. Ein Sprachforscher deutete die Möglichkeit einer Verbindung der Dame zur Immelburg an.

Führung zur Geschichte der Kasseler Kirchen

Exkursion

Dieser Stadtrundgang widmet sich der Geschichte der Kasseler Kirchen. Anhand der Besichtigung verschiedener Innenstadtkirchen werden Themen wie Klostergründungen, Reformation und Hugenotten in Kassel behandelt. Treffpunkt ist das Denkmal Landgraf Friedrichs II auf dem Friedrichsplatz.

K1044
Ulrike Ortwein
Kassel
Friedrichsplatz, Denkmal Friedrichs II
So. 28.4. / 15:00 - 17:00 /
Anmeldeschluss 19.4.
7 €

Führung über den Lutherplatz

Exkursion

Der heutige Lutherplatz und ehemalige Altstädter Friedhof hat eine Jahrhunderte alte Geschichte. Bereits seit dem 16. Jahrhundert wurde er als Friedhof benutzt, wovon heute noch etliche Grabmäler zeugen. Zudem haben hier eine Reihe von Ehrenbürgern der Stadt Kassel sowie Mitglieder der Familie der Landgrafen ihre letzte Ruhestätte gefunden.
Der Rundgang dauert 90 Minuten und findet bei jedem Wetter statt.
Um vorherige Anmeldung bei der vhs wird gebeten.

K1045
Ulrike Ortwein
Kassel
Lutherplatz, vor dem Turm
Mo. 29.4. / 17:00 - 19:00 /
Anmeldeschluss 19.4.
7 €

LANDGRAF FRIEDRICH I (1676-1751)

Ein konstitutioneller Monarch auf Schwedens Thron"

Vortrag

Erbrinz Friedrich v. Hessen-Kassel heiratete in zweiter Ehe Prinzessin Ulrika Eleonora von Schweden, die nach dem plötzlichen Tod ihres Bruders 1719 den Thron bestieg. Da die neue Verfassung in Schweden alle Macht dem Reichstag übertrug, dankte sie 1720 zugunsten ihres Mannes ab. So wurde ein hessischer Herrscher König von Schweden. Daher hat der Kasseler „Königsplatz" seinen Namen. Friedrich setzte sich als konstitutioneller König Schwedens erfolgreich für die Förderung von Wirtschaft und Kultur des Landes ein und trieb die Entwicklung zu einem aufgeklärten europäischen Staat voran.
Eine Ausstellung in Hofgeismar würdigt diesen bisher weitgehend falsch beurteilten Monarchen durch neue vertiefte Erkenntnisse und anschauliche Bild- und Textzeugnisse. Der Vortrag schildert das Leben und die Leistungen des Landgrafs. Ausstellungsbesuche können so gut vorbereitet werden.

Führungen in der Ausstellung (Treffp. Stadtmuseum Hofgeismar) von Dr. Barbara Richarz-Riedl zum Preis von 5 € finden an folgenden Tagen statt:
Mi., 13.03. 2013, und Mi., 24.04. 2013, jeweils 17 Uhr
Fr., 5.04. 2013, und Fr., 19.04. 2013, jeweils 17.30 Uhr

Dr. Barbara Richarz-Riedl
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 19.2. / 20:00 - 22:00
5 €

Spaziergangswissenschaft in Kassel

Was ist „Spaziergangswissenschaft"? Der Kultur- und Planungswissenschaftler Lucius Burckhardt, der an der Universität Kassel gelehrt hat, konzipierte das Spazierengehen als wissenschaftliche Methode. Aufmerksames Spazierengehen leistet einen wichtigen Beitrag zur Planungswissenschaft. Dabei wird betrachtet, wie Stadt und Landschaft unter verschiedenen Bedingungen wahrgenommen werden. So können das alltägliche und das professionelle Lesen von Spuren in der Vegetation und Baustruktur erläutert werden.
Das Seminar stellt erstens die theoretischen und planungsgeschichtlichen Voraussetzungen der Spaziergangswissenschaft dar und verbindet diese Einführung zweitens mit praktischen Anteilen, um Kassel und Umgebung sowie die Spaziergangswissenschaft zu erkunden.

K1049
Dr. Frank Lorberg
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Di. 9.4. / 18:15 - 19:45 / 8 Termine
40 €

Karlsaue und Marmorbad - Blick hinter die Kulissen

Exkursion

Das Marmorbad, neben dem Orangerieschloss in der Karlsaue gelegen, ist Deutschlands letzte bedeutende und erhaltene repräsentative Badeanlage aus der Zeit des Spätbarock. Es wurde 1722-28 unter Landgraf Karl von Hessen-Kassel errichtet. Der bedeutende römische Bildhauer Pierre Etienne Monnot (1657-1733) schuf die prachtvolle Innenarchitektur mit marmornen Skulpturen und Wandreliefs mit Darstellungen aus den Metamorphosen des Ovid sowie Medaillons mit Porträtbüsten des Landgrafen Karl von Hessen-Kassel und seiner Frau, der Landgräfin Marie Amalie von Kurland. Das Kasseler Marmorbad stellt eines der bedeutendsten Ensembles römischer Profanskulptur des frühen 18. Jahrhunderts dar.

K1050
Ulrike Ortwein
Kassel
Treffpunkt am Marmorbad
So. 16.6. / 11:00 - 13:00
Anmeldeschluss 5.6.
12 €

Stadt-Rad-Führungen

Die Stadtführungen per Rad werden von „stadt-erfahren-kassel" für kleine Gruppen (max. 7 Teilnehmer) durchgeführt und sind auch für Ungeübte geeignet. Es werden weitgehend verkehrsarme und radverkehrsgeeignete Strecken benutzt. Teilnehmende sollen ihre eigenen Räder oder Mieträder mitbringen. Witterungsgerechte Kleidung und Radhelm sind zu empfehlen.

Weitere Angebote und Kontakt:
www.stadt-erfahren-kassel.de
Lennart König, Tel. 0561 6027840

Kassels Norden

Exkursion

Folgende Tour wird gefahren:
Kassels Norden: von der Universität entlang der Ahna zum Hegelsberg und zurück über Henschel, Hauptfriedhof und das Schillerviertel.
Treffpunkt : Sa, 15.6. 2013, 10.00 Uhr, Holländischer Platz vor der Universität.
Dauer : 2,5 Stunden, Tourlänge 12 km, mittlerer Schwierigkeitsgrad, 1 längere Steigung.

Wir starten am Universitätscampus am Holländischen Platz auf dem früheren Industriegelände der Fa. Henschel, suchen die aus dieser Zeit erhaltenen Industriegebäude auf und besuchen auf unserer Fahrt durch das Nordstadtquartier das Wohnhaus Philipp Scheidemanns. Auf unserer Radtour entlang der Ahna finden wir Spuren der vielfältigen Industriebetriebe der Nordstadt, lernen aber auch landschaftlich reizvolle ruhige Ausflugsziele, Wohnquartiere und Grünflächen der Kasseler Nordstadt bis zum Hegelsberg kennen. Die Rückfahrt führt uns zum Hauptfriedhof, vorbei am Industriegelände Mittelfeld und einigen ehemaligen Zwangsarbeiterlagern nahe der damaligen Rüstungsproduktion der Fa. Henschel. Die Fahrt endet im damaligen Industrieviertel der Unterstadt, dem heutigen „Schillerviertel" mit seinen neuen Zukunftsplänen.

K1047
Lennart König
Kassel
Holländischer Platz, vor der Universität
Sa. 15.6. / 10:00 - 12:30 /
Anmeldeschluss 3.6.
9 €

Von Kirchditmold an die Fulda

Exkursion

Folgende Tour wird gefahren:
„ Von Kirchditmold über den Weinberg an die Fulda"

Treffpunkt: Sa, 22.6. 2012, 10.00 Uhr, Haltestelle Stahlbergstr. Tram 8
Dauer : 2 - 2,5 Stunden, Streckenlänge ca 10 km, mittlerer Schwierigkeitsgrad,1 starke Steigung.
Die Stadtradtour führt vom Lindenberg im Westen Kassels durch Kirchditmold, den Vorderen Westen und Wehlheiden zum Weinberg und weiter an die Fulda. Mit dem Fahrrad können abseits der großen Verkehrslinien höher gelegene Aussichtspunkte erreicht werden, von denen aus beeindruckende Aus- und Übersichten über die Stadt Kassel und ihre Ortsteile möglich sind. Hier eröffnen sich oft unbekannte reizvolle Ansichten des städtischen Lebens in Kassel. Historisches Material und Bilder aus dem alten Kassel sollen den Teilnehmern den Blick für die baulichen und architektonischen Schätze Kassels eröffnen und Einblicke in die Geschichte der Stadt und ihrer Bewohner vermitteln.

K1048
Lennart König
Kassel
Haltestelle Stahlbergstr., Tram 8
Sa. 22.6. / 10:00 - 12:30 /
Anmeldeschluss 11.2.
9 €

Die Wassergötter von Wilhelmshöhe - Blick hinter die Kulissen

Exkursion

Im Sommer begleiten allwöchentlich tausende Besucher die Wasserkünste. Die Führung erläutert die Wasserkünste aus einem anderen Blickwinkel als allgemein üblich und bietet einen Blick hinter die Kulissen: Wie funktionieren die Wilhelmshöher Wasserkünste, was tut sich da im Untergrund? Es geht um Reservoire, Wasserschieber und Wasserstuben, den Unterschied von barocker zu landschaftlicher Wasserführung und um die geschichtlichen Aspekte.
Treffpunkt ist der untere Eingang des Besucherzentrums Herkules, Ende des Rundganges am Fontainenteich.

K1051
Ulrike Ortwein
Kassel
Besucherzentrum am Herkules, Schlosspark 28
Mi. 1.5. / 13:30 - 16:00
Anmeldeschluss 18.4.
12 €

Stadtspaziergang zum Wiederaufbau nach dem Zweiten Weltkrieg

Exkursion

Dieser Stadtspaziergang führt zu den Quartieren in der Innenstadt, die nach der Zerstörung im Zweiten Weltkrieg neu entstanden sind. Das Konzept des Wiederaufbaus, seine Besonderheiten und auch die daraus entstandenen Kontroversen werden verdeutlicht.
Treffpunkt ist das Denkmal Landgrafs Friedrichs II auf dem Friedrichsplatz.
Die Führung findet bei jedem Wetter statt.
Um Anmeldung bei der vhs wird gebeten.

K1052
Ulrike Ortwein
Kassel
Friedrichsplatz, Denkmal des Landgrafen
Di. 30.4. / 17:00 - 19:00
Anmeldeschluss 19.4.
7 €

Rathausführungen mit Bürgermeister Jürgen Kaiser

Die Geschichte des Kasseler Rathauses ist ereignisreich, spannend und vielfältig. Auch in diesem Semester bietet Bürgermeister Jürgen Kaiser Führungen an. Sie haben die Möglichkeit, die Geschichte des Hauses näher kennenzulernen und außerdem aktuelle Informationen zur Kasseler Kommunalpolitik zu bekommen.
Termine:
Dienstag, 19. März 2013, 17.00 Uhr
Dienstag, 2. Juli 2013, 17.00 Uhr
Dienstag, 17. September 2013, 17.00 Uhr
Donnerstag, 19. Dezember 2013, 17.00 Uhr

Treffpunkt ist das Vestibül beim Haupteingang. Eine Anmeldung bei Frau Anja Koch ist erforderlich. Es genügen ein Anruf oder eine Mail: 0561 787 1258
Anja.Koch@stadt-kassel.de

Bitte melden Sie sich spätestens 5 Tage vor der Führung an.
Jürgen Kaiser, Bürgermeister
Rathaus
gebührenfrei

Über den Dächern der Uni

Exkursion

Die Universität Kassel am Holländischen Platz wird von verschiedenen Aussichtspunkten erkundet. Von hier aus ist die gegenwärtige Struktur der Gebäude und Anlagen sehr gut zu erkennen. Aber auch die Geschichte dieses Stadtquartiers mit der „alten Henschelei" hat ihre Spuren hinterlassen, die nach wie vor von oben gut sichtbar sind.
Treffpunkt ist der Info-Point der Universität in der Henschelstr. 4.
Die Tour dauert zwei Stunden.

K1054
Lennart König
Kassel
Universität, Infopoint, Henschelstr. 4
Fr. 19.4. / 10:00 - 12:00 /
Anmeldeschluss 16.4.
9 €

Über den Dächern der Uni

Exkursion

Die Universität Kassel am Holländischen Platz wird von verschiedenen Aussichtspunkten erkundet. Von hier aus ist die gegenwärtige Struktur der Gebäude und Anlagen sehr gut zu erkennen. Aber auch die Geschichte dieses Stadtquartiers mit der „alten Henschelei" hat ihre Spuren hinterlassen, die nach wie vor von oben gut sichtbar sind.
Treffpunkt ist der Info-Point der Universität in der Henschelstr. 4.
Die Tour dauert zwei Stunden.

K1054A
Lennart König
Kassel
Universität, Infopoint, Henschelstr. 4
Fr. 3.5. / 14:00 - 16:00 /
Anmeldeschluss 30.4.
9 €

KASSELführt

Stadtrundfahrten und -rundgänge 2013

Stadtrundfahrt | Wenn man von einer Stadt einen ersten Eindruck bekommen will, ist eine Rundfahrt der ideale Weg.

von März bis Dezember | jeden Samstag um 11.00 Uhr

Stadtrundgang | Folgen Sie mit uns den Spuren der Grimms, bestaunen Sie beeindruckende historische Bauten und entdecken Sie die zahlreichen documenta Außenwerke, die fest im Stadtbild verankert sind.

jeden Freitag um 16.00 Uhr

Infos & Tickets

Tourist Information Innenstadt | Wilhelmsstraße 23

Tourist Information Bahnhof Wilhelmshöhe | Willy-Brandt-Platz 1

Öffnungszeiten | Montag bis Samstag 9.00 -18.00 Uhr

Tel.: +49(0)561 7077-07 | Fax: +49(0)561 7077-200
info@kassel-marketing.de | www.kassel-marketing.de

KASSELMARKETING

Neugierig?
QR-Code scannen!

Erinnern für die Zukunft

Eine Veranstaltungsreihe der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit in Kooperation mit der vhs Region Kassel

Wir sind, was wir erinnern: Zwei Generationen nach Auschwitz

Vortrag

Dr. Konrag Görz, Gießen
Kassel
Gemeindehaus der Martinskirche
14.3. / 19:00
4 €

Erziehung nach Auschwitz - Bildung nach Ravensbrück: Wie erinnern wir in Zukunft?

Vortrag

Der Referent ist Leiter der KZ-Gedenkstätte Ravensbrück.

Dr. Matthias Heyl
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 11.4. / 19:00 - 21:00
4 €

Von der Erinnerung zum Geschichtsbewusstsein - Über Gedenkstättenarbeit in Zukunft

Vortrag

Volkhard Knigge ist Historiker und Geschichtsdidaktiker. Seit 1994 leitet er die Stiftung Gedenkstätten Buchenwald und Mittelbau-Dora für die ehemaligen Konzentrationslager Buchenwald und Mittelbau-Dora sowie für das sowjetische Speziallager Nr. 2 Buchenwald bei Weimar.

Volkhard Knigge
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 18.4. / 19:00 - 21:00
4 €

Gefühlte Opfer - Illusionen der Vergangenheitsbewältigung

Vortrag

Dr. Ulrike Jureit, Institut für Sozialforschung, Hamburg
Kassel
Evangelisches Forum, Lutherplatz
22.4. / 19:00
4 €

Erinnern für die Zukunft

Vortrag

Hazel Rosenstrauch ist eine englisch-österreichische Kulturwissenschaftlerin und Publizistin. Schwerpunkte ihrer Arbeit sind u.a. die Beziehungen zwischen Wissenschaft und Öffentlichkeit, das jüdisch-deutsche Verhältnis und die Geschichte kultureller Umbrüche.

Hazel Rosenstrauch
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 29.4. / 19:00 - 22:00
4 €

Woche der Brüderlichkeit

60 Jahre Gesellschaften für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit

Verleihung der Buber-Rosenzweig-Medaille 2013 an das Fritz-Bauer-Institut und an die Schriftstellerin Mirjam Pressler.

Die Verleihung findet aus Anlass der Eröffnung der Woche der Brüderlichkeit am 3. März 2013 im Staatstheater Kassel statt. Näheres entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Exkursion in die Gedenkstätte Mittelbau-Dora

Exkursion

Am 28. August 1943 wurde Dora-Mittelbau als Außenlager des Konzentrationslagers Buchenwald bei Nordhausen in Thüringen gegründet. Ab Oktober 1944 wurde der Komplex zum eigenständigen „Konzentrationslager Mittelbau". Es handelte sich um die größte unterirdische Rüstungsfabrik des Zweiten Weltkrieges. Die Rakete V2 und die Flugbombe V1, von Hitler und Goebbels „Wunderwaffen" genannt, wurden hier produziert. 60.000 Häftlinge durchliefen das Lager unter unsäglichen Bedingungen. Mindestens 20.000 Menschen kamen um, bevor der Komplex im April 1945 von der US-Army befreit wurde.
Heute befindet sich auf dem Gelände eine Gedenkstätte mit einer Ausstellung.
Wir werden das Gelände und einige der Stollen in einer fachlichen Führung kennenlernen.
Der Bus startet um 9:00 Uhr vor der vhs, Wilhelmshöher Allee 21, und wird dort gegen 17 Uhr wieder eintreffen.
In Kooperation mit Arbeit und Leben, der Gedenkstätte Breitenau, der Deusch-Israelischen Gesellschaft und dem Verein „Gegen Vergessen für Demokratie"

K1058
Thomas Ewald, Dr. Gunnar Richter
Buchenwald
Gedenkstätte Mittelbau-Dora
Sa. 4.5. / 9:00 - 17:00 /
30 €

Legalisierter Raub

Der Fiskus und die Ausplünderung der Juden in Hessen 1933-1945.
Eine Ausstellung des Fritz Bauer Instituts und des Hessischen Rundfunks mit Unterstützung der Sparkassen-Kulturstiftung Hessen-Thüringen und des Hessischen Ministeriums für Wissenschaft und Kunst im Regionalmuseum Wolfhager Land unter Schirmherrschaft von Uwe Schmidt, Landrat des Landkreises Kassel.

Zahlreiche Gesetze und Verordnungen zielten in der Zeit des Nationalsozialismus auf die Ausplünderung jüdischer Bürger. Die Ausstellung stellt die Beamten der Finanzbehörden vor, die die Gesetze in Kooperation mit weiteren Ämtern und Institutionen umsetzten; und sie erzählt von denen, die Opfer dieser Maßnahmen wurden. Die Ausstellung zeigt, wie das „Deutsche Reich" durch die Reichsfluchtsteuer, zahlreiche Sonderabgaben und schließlich durch den vollständigen Vermögenseinzug sowohl an denen verdiente, die in die Emigration getrieben wurden, wie an denen, die blieben, weil ihnen das Geld für die Auswanderung fehlte oder weil sie ihre Heimat trotz allem nicht verlassen wollten. Nach den Deportationen kam es überall zu öffentlich angekündigten Auktionen aus „jüdischem Besitz": Tischwäsche, Möbel, Kinderspielzeug, Geschirr, Lebensmittel wechselten die Besitzer. Die Ausstellung wird für die Präsentation mit einem neuen, regionalen Schwerpunkt versehen, der sich mit der Ausplünderung der jüdischen Bevölkerung in Wolfhagen und Umgebung beschäftigt.

Für die Unterstützung der regionalen Präsentation bedanken wir uns bei der Sparkassenstiftung Landkreis Kassel - Kultur, der Hessischen Landeszentrale für politische Bildung, der vhs Region Kassel, der Ernst Ludwig Chambré Stiftung zu Lich, der Stadt Wolfhagen, dem Arbeitskreis „Rückblende - Gegen das Vergessen" e. V., dem Verein „Gegen Vergessen-Für Demokratie" (Reg. Arbeitsgruppe Nordhessen), dem Internationalen Suchdienst (ITS) Bad Arolsen, dem Evangelischen Kirchenkreis Wolfhagen, der Katholischen Kirchengemeinde Wolfhagen, der Region Kassel-Land e. V. (Ecomuseum), der Wilhelm Filchner Schule Wolfhagen, dem Cinema Wolfhagen und der Gedenkstätte Breitenau.

Eröffnung:
Mittwoch, 16. Januar 2013, 19 Uhr, Evangelisches Gemendezentrum Wolfhagen (Hans-Staden-Str. 24)

Ausstellungszeitraum:
17. Januar bis 7. April 2013

Öffnungszeiten:
Di. bis Do. 10 - 13 und 14 - 17 Uhr
Sa. und So. 14.00 - 17.00 Uhr

Eintritt in die Ausstellung:
Für Schulklassen und Jugendgruppen ist der Besuch der Ausstellung kostenfrei. Für Erwachsene beträgt der Eintritt 3 E.

Führungen
Zur Ausstellung werden Gruppenführungen zum Preis von 25 E angeboten. Anmeldungen werden im Regionalmuseum unter der Telefonnummer 05692-992431 von Montag bis Freitag in der Zeit von 10 bis 13 und 14 bis 17 Uhr entgegengenommen.

Ausstellung Legalisierter Raub - Eröffnung

Nach den Grußworten von Uwe Schmidt, Landrat des Landkreises Kassel, und Dr. Thomas Wurzel, Sparkassen-Kulturstiftung Hessen-Thüringen, wird Katharina Stengel vom Fritz-Bauer-Institut in das Thema der Ausstellung einführen. Helge Heynold vom Hessischen Rundfunk wird daraufhin aus Dokumenten zur Ausplünderung der jüdischen Bevölkerung in Wolfhagen und Umgebung lesen. Im Anschluss lädt Beate Bickel, Leiterin des Regionalmuseums Wolfhager Land, zum Rundgang durch die Ausstellung im Museum ein.

Wolfhagen
Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Mi. 16.1. / 19:00 - 21:00
gebührenfrei

Die Stiftung „Zurückgeben" präsentiert: Ruth Olshans: Nicht ganz koscher

Im Anschluss: Möglichkeit zum Gespräch mit der Autorin und Regisseurin.
Eine Veranstaltung der Katholischen Kirchengeminde Wolfhagen.

Ruth Olshan
Wolfhagen
Kath. Gemeindezentrum, Friedensstr. 13
Do. 24.1. / 19:00 - 21:00
gebührenfrei

Elisabeth Schmitz - eine Frau der bekennenden Kirche und Kämpferin gegen den Antisemitismus

Vortrag

Eine Veranstaltung des Evangelischen Kirchenkreises Wolfhagen und der Kirchengemeinde Zierenberg.

Gerhard Lüdecke
Zierenberg
Ev. Stadtkirche, Poststr. 17
So. 27.1. / 17:00 - 19:00
gebührenfrei

Geboren im KZ. Sieben Mütter, sieben Kinder und das Wunder von Kaufering I

Vorstellung des Buches von Eva Gruberova und Helmut Zeller in Anwesenheit von Marika Novakova.
Eine Veranstaltung des International Tracing Servive und des Arbeitskreises Rückblende zum internationalen Holocaust-Gedenktag.

Bad Arolsen
International Tracing Service, Große Allee 5 - 9
So. 27.1. / 17:00 - 19:00
gebührenfrei

ABRAHAMS GOLD

Vortrag und Film

ABRAHAMS GOLD ist ein deutscher Spielfilm aus dem Jahr 1989. Regie hat Jörg Gräser, Darsteller sind unter anderem Hanna Schygulla, Günter Maria Halmer und Robert Dietl.
Eine Veranstaltung des Regionalmuseums Wolfhager Land mit dem Cinema Wolfhagen.
Einführung und Moderation: Dr. Gunnar Richter, Leiter der Gedenkstätte Breitenau

Dr. Gunnar Richter
Wolfhagen
Cinema Kino, Schützebergstr. 37
Di. 29.1. / 18:30 - 21:00
6 €

Juden im Wolfhager Land - insbesondere Synagogengemeinde Naumburg

Vortrag

Eine Veranstaltung des Geschichtsvereins Naumburg

Dr. V. Knöppel
Naumburg-Elbenberg
Gemeinschaftshaus Flachsrose, Naumburger Str. 4
Do. 31.1. / 19:30 - 21:30
gebührenfrei

Was geschah mit dem Eigentum der Juden im Wolfhager Land?

Vortrag

Eine Veranstaltung des Arbeitslkreises Rückblende - Gegen Vergessen e.V.
Die Geschichte der Stadt Wolfhagen umfast circa 800 Jahre. Fast genau so lange finden sich auch Spuren jüdischen Lebens in der Stadt.
Ab 1933 wurden die Immobilien der jüdischen Einwohner verkauft bzw. in das Eigentum der Gemeinden oder des Staates überführt. Wie da geschah, haben Ernst Klein und Hans-Peter Klein recherchiert. Beispiele aus mehreren Orten stellen sie im Vortrag vor. Sie gehen dabei aber auch auf die Entschädigungs- und Wiedergutmachungsverfahren nach 1945 ein und auf die bis heute immer wiedr geäußerte Behauptung mancher Hauskäufer, sie hätten ihr gekauftes Haus „nach dem Krieg noch einmal bezahlen müssen."

Ernst Klein, Hans-Peter Klein
Wolfhagen
Altes Rathaus, Sitzungssaal, Kirchplatz 1
Do. 14.2. / 19:30 - 21:30
gebührenfrei

„An allem sind die Juden schuld"

Renate und Roland Häusler singen Chansons und Schlager jüdischer Komponisten.
Eine Veranstaltung der Stadt Wolfhagen und des Vereins Rückblende - Gegen das Vergessen e.V..

Renate Häusler, Roland Häusler
Wolfhagen
Kulturladen Stadt Wolfhagen, Triangelstr. 19
So. 24.2. / 19:00 - 21:00
gebührenfrei

KINDERBLOCK 66 - RETURN TO BUCHENWALD

Vortrag und Film

Im Anschluss an die Filmvorführung spricht der Zeitzeuge Pavel Kohn mit dem Publikum. Einführung und Moderation: Kathrin Flor, Pressesprecherin des ITS.
Eine Veranstaltung des International Tracing Service (ITS) mit dem Arbeitskreis Rückblende - Gegen das Vergessen.

Pavel Kohn, Kathrin Flor
Bad Arolsen
International Tracing Service, Große Allee 5 - 9
Do. 28.2. / 18:00 - 20:00
gebührenfrei

Volksgemeinschaft als Selbstermächtigung - Das Beispiel Wolfhagen

Vortrag

Prof. Dr. Michael Wildt beschreibt in seinem Buch „Volksgemeinschaft als Selbstermächtigung", wie sich die bürgerliche Gesellschaft vor und während der NS-Zeit in eine rassistische „Volksgemeinschaft" verwandelte. Gewalt gegen die jüdische Minderheit brauchte nicht befohlen zu werden, sondern war allgegenwärtig. Er bringt dazu viele konkrete Beispiele aus ländlichen Gebieten, u.a. auch aus Wolfhagen.
Prof. Wildt ist Historiker an der Humboldt-Universität in Berlin. Er ist zur Zeit einer der bedeutendsten NS-Forscher. Seine Arbeiten zum SD, zum Reichssicherheitshauptamt und zur NS-Volksgemeinschaft sind Standardwerke.
Eine Veranstaltung der Stadt Wolfhagen und der vhs Region Kassel.

Prof. Dr. Michael Wildt
Wolfhagen
Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Do. 7.3. / 19:30 - 21:30
4 €

Die Geschichte des Antisemitismus bis auf den heutigen Tag

Vortrag

Eine Veranstaltung des Kirchenkreises und der Kirchengemeinde Wolfhagen.

Heinz Daume
Wolfhagen
Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Do. 14.3. / 19:30 - 21:30
gebührenfrei

Abgetaucht. Als U-Boot im Widerstand

Lesung und Gespräch mit dem Schriftsteller und Zeitzeugen Eugen Herman-Friede.
Eine Veranstaltung des Museums Hofgeismar.

Eugen Herman-Friede
Hofgeismar
Museum, Petriplatz 2
Fr. 15.3. / 19:00 - 21:00
gebührenfrei

Film: EMIL UND DIE DETEKTIVE

D 1931, R.: Gerhard Lamprecht, Buch: Billy Wilder und Gerhard Lamprecht

Vortrag und Film

Eine Veranstaltung des Regionalmuseums Wolfhager Land mit dem Cinema Wolfhagen.

Wolfhagen
Cinema Kino, Schützebergstr. 37
Mi. 20.3. / 16:00 - 18:30
3 €

Was ich noch sagen wollte

Ein Gespräch zwischen den Veranstaltern und den Besuchern der Ausstellung „Legalisierter Raub".

Eine Veranstaltung des Regionalmuseums Wolfhager Land.

Wolfhagen
Regionalmuseum
So. 7.4. / 16:00 - 18:30
gebührenfrei

Diakoniestationen
Wir sind für Sie da.
Erfahren und leistungsstark in Kassel und Baunatal.
Häusliche Alten- und Krankenpflege
Häusliche Kinderkrankenpflege
Hauswirtschaftliche Hilfen
Kurse, Information und Beratung in allen Pflegefragen
Betreuungsleistungen und begleitetes Wohnen für Menschen mit Demenz
0561 - 313103
www.diakoniestationen-kassel.de

Holocaustgedenktag 2013

Die traditionelle Veranstaltung des Jahrgangs 13 der Herderschule zum Holocaust-Gedenktag mit Vortrag, Diskussion und musikalischer Umrahmung findet 2013 im Großen Saal der vhs statt. Grund dafür ist nicht nur die gewachsene Jahrgangsgröße. Da die Herderschule in vielfältiger Weise an der Gestaltung der Woche der Brüderlichkeit 2013 unter dem Motto „Der Zukunft ein Gedächtnis" in Kassel beteiligt sein wird, werden zahlreiche Gäste aus der Kasseler Öffentlichkeit zur Veranstaltung zum Holocaust-Gedenktag erwartet. Ein wesentlicher Programmpunkt wird das Gespräch mit dem Zeitzeugen Eugen Hermann Friede sein.
Eine Veranstaltung der Herder-Schule und der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit in Kooperation mit der vhs Region Kassel.

Dr. Eva-Maria Schulz-Jander
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 1.7. / 10:00 - 12:00
gebührenfrei

Die große Wirtschafts- und Finanzkrise 1929-1933

In der Diskussion über die gegenwärtige Finanzkrise wird häufig auf die Weltwirtschaftskrise der dreißiger Jahre und deren Auswirkungen für Deutschland verwiesen. Spielt sich dasselbe heute wieder ab? Oder hat man daraus gelernt?
Der Vortrag informiert über Ursachen und Verlauf der Weltwirtschaftskrise der dreißiger Jahre. Außerdem werden populäre Irrtümer zu diesem geschichtlichen Vorgang berichtigt.

Prof. Dr. Lothar Döhn
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 20.3. / 20:00 - 22:00
5 €

Kassel im Nationalsozialismus - eine Stadt entgleist

Vortrag

Veranstaltung zum Stadtjubiläum

Auf den Tag genau vor 80 Jahren wurde Hitler von Reichspräsident Hindenburg zum Reichskanzler ernannt. Damit begann die Machtergreifung der Nationalsozialisten - auch in Kassel. Roland Freisler, der spätere Präsident des „Volksgerichtshofes", spielte hierbei eine entscheidende Rolle. Prof. Dr. Krause-Vilmar wird nicht nur an diese Ereignisse erinnern, sondern aufzeigen, welches Gesicht Kassel in den folgenden zwölf Jahren der Diktatur zeigte.
In Kooperation mit der Gedenkstätte Breitenau, der Deutsch-Israelischen Gesellschaft, dem Verein „Gegen Vergessen für Demokratie", der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit und dem Evangelischen Forum.
Diese Veranstaltung gehört zur 1100-Jahr-Feier der Stadt Kassel.

Prof. Dr. Dietfrid Krause-Vilmar
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mi. 30.1. / 20:00 - 22:00
5 €

Unter-Wandern

Lange Zeit haben Sie an dieser Stelle im Programm die unterirdischen Touren durch Kassel gefunden. Leider können wir diese Veranstaltungen aus verschiedenen Gründen vorerst nicht mehr durchführen. Wir sind jedoch dabei, ein neues, ebenso interessantes und spannendes Veranstaltungsangebot zur Stadtgeschichte vorzubereiten. Auch dabei wird es wieder drunter und drüber gehen. Wir bitten Sie noch um ein wenig Geduld.

Frauen machen sich auf - Frauenwanderung

Exkursion

Anlässlich des Internationalen Frauentags 2013 wollen wir Frauen uns auf den Weg machen. Auf unserer Wanderung werden wir den Spuren von Frauen und ihren Geschichten von gestern und heute nachgehen und die Möglichkeit haben, uns darüber auszutauschen. Die dreistündige und 10 Kilometer lange Wanderroute verläuft entlang des Ecopfades „Industrie- und Kulturgeschichte" um Helsa. Zum Abschluss ist eine Einkehr in Helsa zur Stärkung und zum Ausklang geplant.

K1099
Anna Hesse
Helsa
Straßenbahnhaltestelle „Bahnhof Helsa"
Sa. 9.3. / 11:00 - 15:00
Anmeldeschluss 1.3.
gebührenfrei
Kooperationsveranstaltung mit dem Frauenbüro Landkreis Kassel
Tel. 0561-1003 1540
Mail: frauenbuero@landkreiskassel.de
Anmeldung an das Frauenbüro Landkreis Kassel

Industriekultur und Eisenbahn

Wohin fährt die Regiotram? Ein Werkstattbesuch

Veranstaltungsreihe begleitend zum Klimaschutzkonzept der Gemeinde Lohfelden

Exkursion

Bei einem Besuch in einer der hochmodernen Werkstätten der Kasseler Regiotram lässt sich das moderne Verkehrsunternehmen „hinter die Werkbank gucken". Das modernste Nahverkehrssystem wird mit einem finanziellen Aufwand von 180 Millionen Euro von Bund, Land und Gemeinden finanziert. Es stärkt die Region und gibt dem Verhältnis von Zentrum und Landkreisen neue Impulse. Welche Arbeitsplätze sichern Bau und Betrieb der Bahn?

K1104
Dr. Klaus-Peter Lorenz
Kassel
Betriebshof der KVG, Sandershäuser Straße
Fr. 22.2. / 17:00 - 19:45
Anmeldeschluss 14.2.
7 €

Das Kasseler Gleisdreieck

Zur Entwicklung der Eisenbahnlandschaft zwischen Wilhelmshöhe und dem Jungfernkopf.

Vom Bahnhof Kassel-Wilhelmshöhe bis auf die Höhe des Jungfernkopfes erstreckt sich über fast fünf Kilometer eine bis heute lebendige und vielfältige Eisenbahnlandschaft. Ihre Anfänge liegen mittlerweile fast anderthalb Jahrhunderte zurück. Im Werden und der Entwicklung des Komplexes dokumentieren sich die zentrale Lage Kassels im mitteleuropäischen Eisenbahnnetz und die rasch erlangte hohe Bedeutung.
Der Wandel rund ums Gleisdreieck unter Berücksichtigung von deren technischen und funktionalen Ursachen steht im Mittelpunkt des Themenabends.

Dr. Lutz Münzer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Fr. 8.3. / 19:00 - 21:15
6 €

Dessau: Junkerswerke und Bauhaus

Tagesreise mit der Bahn in die Stadt der Luftfahrt und der Moderne des Bauens

Exkursion

In der Bauhausstadt führt der erste Weg ins Technikmuseum der Junkers-Flugzeugwerke. Eine fachliche Führung führt nicht nur zur Begegnung mit der „Tante Ju", also der legendären Junkers JU 52: Hugo Junkers' Leben und Werk, Motoren- und Maschinenbau, das Wirken der „geistigen Enkel" Junkers' während ihrer Deportation von 1946-54 in die damalige Sowjetunion und der Flugzeugbau der DDR von 1954 bis zur Schließung 1961 werden vorgestellt. Im Ensemble zu sehen sind Verwaltungshochhaus (1934/36), Junkers-Windkanal (1934/35) und Start- und Landebahn des ehemaligen Werkflugplatzes.
Ein zweites Glanzlicht wird der Besuch im „Bauhaus" sein: 1919 von Walter Gropius in Weimar gegründet, war Deutschlands berühmteste Kunst- und Designeinrichtung der Klassischen Moderne. Das Bauhausgebäude in Dessau wurde 1925/26 nach Plänen von Gropius gebaut, nachdem die Schule Weimar aus politischen Gründen verlassen hatte. Das Bauhausgebäude ist seit 1996 Weltkulturerbe.

K1108
Günther Weikert
Dessau
Junkers-Museum
Sa. 13.4. / 6:40 - 21:15
Bahnreise ab Kassel-Wilhelmshöhe, Reisebegleitung, fachliche Führungen in Technikmuseum und Bauhaus
Anmeldeschluss 21.3.
70 €

Mit Dampf in die schöne Wetterau!

Eisenbahn- und Weltgeschichte erleben in Münzenberg

Exkursion

Mit der Bahn geht es in die schöne alte Kulturlandschaft der Wetterau. Ab Bad Nauheim fahren wir mit dem Museumszug ins mittelalterliche Städtchen Münzenberg. Dort erwartet uns eine Natur- und Kulturführerin für eine kleine Wanderung, die uns zum mittelalterlichen Kloster Arnsburg, zur Ruine der Turmburg gleichen Namens und schließlich zu den Römern und deren Kastell Altenberg leitet. Über die Römerstraße geht es zurück nach Münzenberg, durch die malerischen Gassen der Altstadt hinauf zur Burg. Dort bietet sich eine großartige Panoramasicht über die Wetterau und den Taunus. Eine Besichtigung der Burg selbst ist nicht vorgesehen. Die Wanderstrecke beträgt knapp 12 Kilometer und wird zeitlich sehr entspannt „angegangen". Einkehr im Kloster Arnsburg (nicht im Preis). Zur Zeit ist die Dampflok noch nicht repariert. Sollte sie im April schon zum Einsatz kommen, wird vor Ort ein Dampfzuschlag kassiert.

K1109
Günther Weikert, Dr. Klaus-Peter Lorenz, Dr. Angela Metzner
Münzenberg
So. 21.4. / 6:15 - 21:35
Leistungen: Bahnfahrt DB AG ab Kassel Hbf, Fahrt mit der Museumseisenbahn, Reisebegleitung, fachlich geführte Wanderung.

Foto: Maren Beßler/pixelio.de

Anmeldeschluss 9.4.
33 €
+ Dampfzuschlag 3,00 €

Hamburger Häfen und Miniatur-Wunderland

Eisenbahnreise, Hafenerkundung, Miniatur-Wunderland

Exkursion

Mit der Eisenbahn in die boomende Hansestadt Hamburg fahren und Eisenbahnen von ihrer erfolgreichsten Seite erleben: Dreistündige Fahrt mit Sondergenehmigung durch die Häfen, die Speicherstadt und die HafenCity. Phantastischer Blick von der Köhlbrandbrücke aus 60 Metern Höhe. Fahrt durch die Containerterminals der HHLA; Rast in der Seemannsmission. Mittagspause im Miniatur-Wunderland. Besuch der Welt größten Modelleisenbahn in der Speicherstadt mit einer Extra-Führung hinter den Kulissen: Hamburg-Abschnitt, Mittelgebirge, Skandinavien in Kleingruppen, Schweiz - Fotografieren erwünscht! Kein Schlangestehen - viel Zeit für individuelle Rundgänge.
Abschließend Stadtspaziergang über das Rathaus, an die Alster und über die Mönckebergstraße zum Hauptbahnhof; ggf. Gemeinschaftstaxi im Umlageverfahren.

K1111
Günther Weikert
Hamburg;
Sa. 22.6. / 6:30 - 20:40
Auch geeignet für Schulkinder ab 7 Jahren in Begleitung Erwachsener.
Änderungen im zeitlichen Ablauf vorbehalten. Die genaue Leistungsbeschreibung erhalten Sie von Dr. Klaus-Peter Lorenz, Tel. 05671-8001 2220. Ab Kassel Wilhelmshöhe mit ICE/IC
Anmeldeschluss 4.6.
122 €

Lokführer-Kurs bei der Steinertseebahn

Feuer-Wasser-Kohle, ein großer Spaß mit der kleinen Dampflok

In Zusammenarbeit mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal

Tagesseminar

Es gibt Vereine, die haben große Lokomotiven, und es gibt Vereine, die lieben die kleinen Dampfer. Der Modellbahnclub Kassel geht im Sommer hinaus ins Lossetal und betreibt bei Kaufungen die Steinertseebahn.
Sie ist klein, aber so groß, dass man da mitfahren kann! Der Verein stellt sich kurz vor und gibt eine grundlegende Einführung in die Funktionsweise der Dampflok. Dann wird die kleine, große Dampflok richtig angeheizt. Die tüchtigen Heizer werden auch ein paar Runden als Lokführer selbst fahren. Geeignete Kleidung ist wichtig - der Umgang mit einer Dampflokomotive ist das Ende jedes guten Fadens. Geeignet für Erwachsene und Schulkinder ab 10 Jahren in Begleitung je eines Erwachsenen.
Gemütlicher Ausklang am Grill. Keine Haftung seitens der vhs und des Vereins.

K1112
Rainer Neumann
Kaufungen
Steinertsee
Sa. 24.8. / 11:00 - 16:30
Anmeldeschluss 13.8.
10 €

Politik und Zeitgeschehen

NSU

Der nationalsozialistische Untergrund NSU - zur Ideengeschichte, Aktualität und den Offenbarungen staatlichen Handelns

Der aktuelle Anlass ist bitter; die Frankfurter Rundschau resümiert ein Jahr nach den Selbsttötungen der sächsischen Nationalsozialisten: 6800 Beweise, 0 Ergebnis.
Dabei ist der Neonazismus eine die deutsche Nachkriegsgeschichte nach 1945 begleitende ideen- und sozialgeschichtliche Konstante. Zu erinnern wäre an die Ausgangslage des „Wohin" der politischen Führungskräfte des Reiches wie der Militärs, an die DRP / Sozialistische Reichspartei in der jungen Bundesrepublik und die späteren Erfolge der NPD in Länderparlamenten.
Der NSU und seine Mordserie sind die jüngste Erscheinung dieser freiheitsfeindlichen Bestrebungen, und deren „Verwurzelung" im institutionellen Unterbau der Bundesrepublik bleibt wohl auf Dauer nicht hinreichend zu erkunden?

Fabian Virchow
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Fr. 19.4. / 19:00 - 21:30
5 €

Themen im Gespräch - Für Frauen

Aktuelle und historische Themen aus Gesellschaft, Politik und Kultur werden gemeinsam ausgesucht, diskutiert und durch Hintergrundinformationen, Lektüre, Bild- und Filmmaterial vertieft. Hierzu werden gelegentlich Referentinnen und Referenten eingeladen. Auf Wunsch finden auch Theaterbesuche, Besichtigungen und Exkursionen statt.

K1124
Für Frauen
Heidrun Schmidt-Ewald
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K1125
Für Frauen
Heidrun Schmidt-Ewald
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 11:15 - 12:45 / 15 Termine
75 €

K1126
Für Frauen
Dr. Barbara Richarz-Riedl
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 13.2. / 10:40 - 12:20 / 15 Termine
75 €

K1127
Für Frauen
Dr. Barbara Richarz-Riedl
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Bremen: Paula Modersohn-Becker und eine Kaffeerösterei

Tagesreise mit der Bahn zu den feinen Hanseaten

Exkursion

Bei den feinen Bremer Hanseaten hat sich der wirtschaftliche Erfolg des Handels mit der weiten Welt immer mit dem Kunstsinn verbunden - waren es doch Kaffeemagnaten, die die Worpsweder Künstlerkolonie finanzierten. Auf drei Stationen einer Tagesfahrt mit der Bahn lässt sich das erleben: In der weltberühmten Böttcherstraße bei Paula Modersohn-Becker im Kunstmuseum. Eine Führung stellt die Künstlerin, das Haus und die Böttcherstraße vor. Bei feinem Kaffeeduft erholt sich der moderne Mensch - zu Gast in der traditionsreichen Kaffeerösterei von August Münchhausen zeigt das Familienunternehmen in einer Schauröstung den kunstvollen Weg zum Genuss. Kunst und Handel unter dem Schutz der Hanse: Das wird auf dem Rückweg unter dem strengen Blick des Roland noch einmal anschaulich.

K1129
Günther Weikert
Bremen
Di. 21.5. / 8:30 - 21:30
Anmeldeschluss 30.4.
73 €

Erzählcafé im LandMuseum Wülmersen

Erzählcafes haben die Aufgabe, Geschichte und Geschichten lebendig weiterzugeben, Kaffee und Kuchen geben einen warmen Rahmen darum.

Dorothea Fellinger, Alla Wormsbecher Trendelburg-Wülmersen
LandMuseum Wülmersen
So. 5.5. / 15:00 - 17:15
incl. Eintritt Museum, Kaffee und Kuchen
5 €

Das stationäre Hospiz Kassel stellt sich vor

In Kooperation mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal

Exkursion

„Dem Leben nicht mehr Tage abgewinnen, aber den Tagen mehr Leben!" - So kann man die Ziele der Hospizarbeit für die Begleitung Schwerstkranker und Sterbender verstehen, die in ambulanter Form und im stationären Hospiz durch Pflege, Umsorgung und Begleitung stattfindet. Der Evangelische Altenhilfe Gesundbrunnen e.V. Hofgeismar hat im Mai 2000 ein stationäres Hospiz eröffnet, das seitdem vielen Menschen einen Ort der Geborgenheit und lindernder Pflege, der Begleitung und der selbstbestimmten Lebensgestaltung sowie den Angehörigen Unterstützung und Rat gegeben hat. Im Gespräch mit der Leiterin des Hospizes Kassel, Frau Christa Joedt, wird die Arbeit vorgestellt, Einblick in die ehrenamtliche Arbeit geboten und Raum für Diskussionen eröffnet.

K1138
Christa Joedt, Dr. Klaus-Peter Lorenz
Kassel
Hospiz, Konrad-Adenauer-Str. 1
Do. 25.4. / 17:00 - 18:30
Anmeldeschluss 9.4.
8 €

Brauchen wir ein bedingungsloses Grundeinkommen?

Offener Diskurs über ein aktuelles Thema

Arbeitslosigkeit, Lehrstellenmangel, geringfügige Beschäftigungen, ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt trotz Vollzeitjob, überlastete ArbeitnehmerInnen, Burnout-Syndrom, Mobbing, zunehmende Armut etc., das alles sind Symptome einer sich verändernden Arbeitsgesellschaft, die - wie Ulrich Beck in den 80er Jahren beschrieb - die Arbeit abschafft. Ist ein bedingungsloses Grundeinkommen (BGE) darauf die Antwort? Anhand von Thesen für ein BGE, die am ersten Termin vorgestellt werden, sollen an insgesamt fünf Abenden einige der grundlegenden gesellschaftlichen Bereiche, auf die das BGE Einfluss nehmen würde, besprochen werden. Zu Beginn jeden Termins wird eine Einführung ins Thema den Rahmen für die anschließende Diskussion bieten.

K1160
Ulrike Strauß
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Mi. 20.2. / 18:00 - 19:30 / 5 Termine
25 €

Die Ukraine ist nach dem eurasischen Rußland der größte Flächenstaat Europas mit etwa 47 Mio. Einwohnern. Sie ist reich an materiellen Ressourcen und nimmt eine geopolitische Schlüsselstellung zwischen der EU und Rußland ein. Beide Vorteile vermag sie jedoch aufgrund zahlreicher interner Probleme kaum zu nutzen. Deren Ursachen sind sowohl in ihrer bewegten Geschichte als auch in ihren heterogenen sprachlich-kulturellen, religiösen, ethnischen, sozio-ökonomischen und politischen Strukturen zu suchen.

Ukraine I

Geschichte, Geschichtspolitik und Erinnerungskultur

Das Gebiet der heutigen Ukraine bildete im hohen Mittelalter das Kernland der Kiewer Rus, in der alle Ostslawen vereint waren. Nach ihrem Zerfall geriet sie unter wechselnde Herrschaften u.a. von Tartaren, Polen und Österreich. 1922 wurde die Ukraine Sowjetrepublik. 1991 erlangte sie wieder ihre Unabhängigkeit.
Die lange Fremdherrschaft hat ihre Regionen sehr unterschiedlich geprägt. Die Ukraine bildet daher heute weder sprachlich-kulturell und religiös-konfessionell noch mental und politisch eine Einheit. Deutlich ist der unterschiedliche wirtschaftliche Entwicklungsstand der einzelnen Regionen. Unter diesen nimmt die Krim eine Sonderstellung ein. Die Herausbildung einer nationalen Identität und eines gemeinsamen Staats- und Geschichtsbewusstseins erweist sich so als sehr schwierig.

Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.2. / 18:00 - 20:00
5 €

Ukraine II

Sprache, Kultur, Religion und nationale Identität

Amtssprache der Ukraine ist das Ukrainische. Die Hälfte der Ukrainer benutzt jedoch Russisch in der täglichen Kommunikation. Während der staatlichen Teilung dominierten im Westen polnische, in Galizien 1772-1918 österreichische und im Osten russische Kultureinflüsse. Eine einheitliche Sprach- und Kulturnation konnte sich nicht entwickeln. Verstärkt wurde der kulturelle Pluralismus durch die religiöse und konfessionelle Spaltung. Allein die Orthodoxie zerfällt in vier selbständige Kirchen. Unter sowjetischer Herrschaft war die Ukraine zwar ein Staat, der als Gehäuse für die Herausbildung einer eigenen Staatlichkeit diente, es dominierte jedoch weiterhin der russische Einfluß. Seit der Unabhängigkeit 1991 bemüht sich der Staat um die sprachlich-kulturelle Vereinheitlichung des Landes. Dagegen wehren sich jedoch die Russophonen heftig. Diese Spaltungen erweisen sich als potentielle Gefahr für die staatliche Einheit.

Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.3. / 18:00 - 20:00
5 €

Ukraine III

Politik

Nach der Unabhängigkeit wurde die Ukraine verfassungsrechtlich zu einer semipräsidentiellen Republik. Die reale Macht lag jedoch weder beim Präsidenten noch beim Parlament, sondern bei den Oligarchen, welche die Wahlen finanzierten und manipulierten. Die „orangene Revolution" 2004/2005 schien das Tor zur Demokratie zu öffnen, sie scheiterte jedoch an internen Gegensätzen. Seit der Wahl des russophonen Janukowitsch zum Präsidenten 2010 verstärken sich die autoritären Tendenzen. Die Parlamentswahlen vom Oktober 2012 haben daran wenig geändert. Trotzdem ist das Regime nicht isoliert wie das von Lukaschenka in Bjelarus, da besonders Polen daran kein Interesse hat. Die Ukraine wird weiterhin eine Schaukelpolitik zwischen EU und Rußland treiben.

Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 16.4. / 18:00 - 20:00
5 €

Leben nach der Berufszeit - List/Sylt

Bildungsurlaub

Bildungsurlaub: Die Krise der Arbeitsgesellschaft wirkt sich auch massiv auf den Übergang von der Arbeitswelt in den Ruhestand aus. Vorruhestand, Altersteilzeit, Heraufsetzung des Rentenalters sind nur einige der Stichworte in diesem Zusammenhang. Erwartungen und Sorgen, aber auch Lebensziele für die „Zeit danach" sollen thematisiert werden und ebenso, welche Möglichkeiten es gibt, sich auf den Lebensabschnitt als Rentner bzw. als Rentnerin vorzubereiten.
In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft „Arbeit und Leben".

L1152
Ute Thomas-Weitz
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 17.11. - So. 24.11. / 8 Termine
Anmeldeschluss 17.10.
gebührenfrei
inkl. Anreise ab Kassel mit der DB, Ü/DZ mit DU/WC, Verpflegung
+ EZ-Zuschlag 50 €

M1152
Ute Thomas-Weitz
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 16.2. - So. 23.2. / 8 Termine
Anmeldeschluss 2.1.
gebührenfrei
inkl. Anreise ab Kassel mit der DB, Ü/DZ mit DU/WC, Verpflegung
+ EZ-Zuschlag 50 €

Kooperationspartner der vhs

Arbeit und Leben
Arbeit und Leben ist eine der ältesten Arbeitsgemeinschaften für politische Bildung. Sie besteht seit 1946. Der DGB Landesbezirk Hessen und der Hessische Volkshochschulverband e.V. stellen ihr die Aufgabe, mit allen Interessierten in Seminaren, Arbeitskreisen, Bildungsurlaubsveranstaltungen sowie bei Vorträgen und Diskussionsveranstaltungen Themen aus Politik, Geschichte und Wirtschaft zu behandeln.

Weitere Informationen bei Thomas Ewald, Tel. 0561-10031695.

Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit
Die Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit setzt sich ein für die Verständigung zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft und Religion. Sie veranstaltet Vorträge, Konzerte, Ausstellungen und Reisen.

Deutsch-Israelische Gesellschaft
Die Deutsch-Israelische Gesellschaft engagiert sich in der Vertiefung der „besonderen Beziehungen" zwischen Deutschland und Israel in Fragen des öffentlichen und kulturellen Lebens. Die Gesellschaft dient der Förderung internationaler Verbundenheit, der Toleranz und der Verständigung der Völker, insbesondere im Nahen Osten.
Kontakt Manfred Oelsen, Tel. 0561-882568

Partner für Jaroslawl e.V.
Kontakt Peter Liebetrau, Tel. 0561-9324306

Deutsch-Italienische Gesellschaft e.V.
Kontakt Tel. 0561-873528

Gesellschaft für deutsch-französische Zusammenarbeit e.V.
Kontakt: Marie-Pascale Devignon-Tripp
Tel. 05692-1882

Deutsch-Spanische Gesellschaft Nordhessen e.V.
Die Deutsch-Spanische Gesellschaft Nordhessen möchte Partnerschaften zwischen Gemeinden und Schulen sowie Vereinen und Initiativen in Nordhessen und Spanien in die Wege leiten und unterstützen. Ein weiteres wichtiges Ziel ist die Durchführung von Veranstaltungen zu vielfältigen kulturellen, wirtschaftlichen, wissenschaftlichen und touristischen Themen, die sich mit Spanien und anderen spanischsprachigen Ländern befassen.
Kontakt: Andreas Skorka, Tel. 0561/39220
Internet: www.deutsch-spanische-gesellschaft-nordhessen.de

Gegen Vergessen für Demokratie e.V.
Der bundesweit organisierte Verein bewahrt das Vermächtnis der Widerstandskämpfer gegen den Nationalsozialismus, klärt über Ursprünge des Nationalsozialismus auf, stellt Verfolgung und Widerstand in den kommunistischen Diktaturen dar und setzt sich mit Rassismus, Ausländerfeindlichkeit und Antisemitismus auseinander.
Kontakt: Ernst Klein, Tel. 05693-469

Verein „Stolpersteine"
Im Frühjahr 2012 hat sich in Kassel der Verein „Stolpersteine" gegründet. Zweck des Vereins ist die Erinnerung an Verfolgte des NS-Regimes, die Förderung der Toleranz in der Gegenwart und des Dialogs mit Minderheiten. Insbesondere die Durchführung des Gedenk-Projektes „Stolpersteine" des Künstlers Gunter Demnig, möglichst im Einverständnis mit den Nachfahren der Opfer, ist hiebei von Bedeutung. An Opfer des Nationalsozialismus wird durch einen in den Boden eingelassenen Stein (Stolperstein) erinnert; in der Regel dort, wo der letzte Wohnort des Opfers war. Der Vereinszweck wird außerdem verwirklicht durch die Dokumentation der Biographien der Opfer. Im Frühjahr werden in Kassel Stolpersteine verlegt werden. Die genauen Termine werden in der Presse bekant gegeben. Bis dahin werden Paten zur Finanzierung der Steine gesucht.
Kontakt: Stolpersteine in Kasel e.V., Jochen Boczkowski, Brunnenstr. 53, 34130 Kassel, Tel. 0561 61470

Angebote der vhs im Justizvollzug
Örtliche Arbeitsgemeinschaft Volkshochschule Region Kassel und Justizvollzugsanstalten (JVA) Kassel I und II
Verantwortlich für die JVA
August H. Brede
Verantwortlich für die Volkshochschule
Thomas Ewald

Künstlerisches Gestalten: Frau Niederhoff
Kreatives Schreiben am PC: Herr Noé
Spanisch: Frau Bachmann
Schachgruppe: Herr Mauer
Töpfern: Herr Pentecker

Das Funkkolleg Wirklichkeit 2.0 ist bis zum 11. Mai 2013 auf Sendung.

Es lohnt sich, noch einzusteigen. Die Themenbereiche sind jeweils in sich abgeschlossen. Alle gesellschaftlichen Lebensbereiche sind inzwischen vom Internet durchdrungen. Das Netz verändert unsere Art zu arbeiten, unser Konsumverhalten, es beeinflusst die Politik ebenso wie die Entwicklung des Wissens. Vor allem aber ist das Internet integraler Bestandteil unserer privaten Kontakte und Intimbeziehungen geworden. Noch nie konnten Menschen so schnell und unkompliziert an eine so große Menge von Informationen, Bildern und Tönen gelangen wie heute über das Internet. Das Web 2.0 steht zunächst für die Anpassung des World Wide Web an die Bedürfnisse der Nutzer: Es ist ein Mitmach-Internet. Es ist nicht zuletzt eine Bühne der Selbstpräsentation und Selbstvermarktung.
Welche Vorteile und welche Risiken ergeben sich daraus? Welche Freiheiten hat uns die digitale Revolution gebracht? Mit welchen neuen Abhängigkeiten bezahlen wir dafür?
In 23 Radiosendungen, einem Begleitbuch im Reclam Verlag, ergänzenden Veranstaltungen der Volkshochschulen und einer zertifizierten Fortbildungsmöglichkeit wird das Funkkolleg Wirklichkeit 2.0 diese Fragen für ein breites Publikum aufbereiten.

Anmeldung über: www.vhs-region-kassel.de

Philosophie

Albert Camus – Revolte gegen das Absurde

In diesem Jahr wäre Albert Camus 100 Jahre alt geworden. Neben diesem äußeren Anlass für die Wiederbeschäftigung mit einem Autor, der längst zu einem „Klassiker" geworden ist, gilt das Interesse auch der Aktualität seines philosophischen Werks. Camus hat es verstanden, das Lebensgefühl des modernen Menschen zu beschreiben. Dessen legitime Sinnansprüche sind mit der Erfahrung der Absurdität der Welt konfrontiert. Aber anzuerkennen, dass die Welt absurd ist, bedeutet für Camus keineswegs, sich mit ihr einverstanden zu erklären. So erblickt Camus gerade in der Negation, im Protest und in der Revolte, also in der Empörung über die Sinnlosigkeit der Welt, die Möglichkeiten, der Sinnlosigkeit der Welt einen Sinn abzutrotzen.

Albert Camus: Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde, Reinbek 2004, ders.: Der Mensch in der Revolte. Essays. Reinbek 1997

K1300
Jürgen Lachmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Auschwitz denken: George Tabori

Vortrag

George Tabori (1914 - 2007) war Schriftsteller, Drehbuchautor, Übersetzer, Dramatiker und Theaterregisseur ungarischer Herkunft. In seinen Stücken setzte er dem Grauen von Rassismus und Massenmord schwarzen Humor und absurde Komik entgegen. In den USA arbeitete er als Drehbuchautor unter anderem für Alfred Hitchcock. Auch mit Bertolt Brecht, Charles Laughton und Lee Strasberg arbeitete er zusammen. 1971 kehrte er nach Mitteleuropa zurück. Seine Zeit in Wien (Burgtheater) und Berlin (Berliner Ensemble) gelten als Höhepunkt seiner Tätigkeit beim Theater.
Der Vortrag stellt Leben und Werk von Tabori dar.

Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 25.4. / 20:00 - 22:00
5 €

Beachten Sie auch unser Philosophieangebot im Studium Generale (J1004).

In dieser Vortragsreihe werden die Hauptwerke der Philosophie von der Antike bis ins 21. Jahrhundert vorgestellt. Einer kurzen Einführung in den historischen Kontext folgt die Beleuchtung der geistes- und sozialgeschichtlichen Zusammenhänge. Im Mittelpunkt des Vortrags und der anschließenden Diskussion stehen Inhalt und Grundgedanke des jeweiligen Werks und seine Anschlussmöglichkeiten für die heutige Zeit.

Hauptwerke der Philosophie: Immanuel Kant: Kritik der praktischen Vernunft

Vortrag

Kritik der praktischen Vernunft ist der Titel des zweiten Hauptwerks Immanuel Kants. Es wird auch als „zweite Kritik" (nach der Kritik der reinen Vernunft und vor der Kritik der Urteilskraft) bezeichnet und erschien erstmals 1788 in Riga.
Die Schrift enthält Kants Moralphilosophie/ Ethik und gilt bis heute als eines der wichtigsten Werke der praktischen Philosophie überhaupt.

Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 21.2. / 20:00 - 22:00
5 €

Hauptwerke der Philosophie: Immanuel Kant: Grundlegung zur Metaphysik der Sitten

Vortrag

Die „Grundlegung zur Metaphysik der Sitten" (kurz GMS) ist 1785 erschienen. Es handelt sich um die erste grundlegende Schrift Kants zur Ethik. Als seine eigentliche Schrift zur Ethik gilt „Die Kritik der praktischen Vernunft". Deren Argumentation ist in der GMS bereits in Grundzügen entwickelt.
Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.3. / 20:00 - 22:00
5 €

Recht im Alltag

Fahrkarten, Verbindungen, Anreise

Reisen mit dem Internet

Tagesseminar

Das Internet ist in einer Zeit, die keinen Fahrkartenschalter mehr kennt, zum Auskunftsbeamten der Wahl geworden. Auf einer Internet-Landkarte den besten Reiseweg mit dem Bus zur vhs-Wanderung im Reinhardswald finden, eine gute Tagesverbindung zur Buchmesse mit der Bahn ausdrucken und schließlich die Fahrkarte für die Tagung in Bad Nauheim buchen - hier wird gezeigt, wie es geht:
Ein Ziel suchen nach Adresse, Haltestelle oder Sehenswürdigkeit. Die Fernreise buchen, mit oder auch ohne EC-Karte. Sich dazu ein passendes Hotel empfehlen lassen.
Auch die Homepage unserer vhs ist Übungsfeld.
Ein Angebot von kvg, nvv und vhs, die möchten, dass Sie gut ankommen!

K1400
Margitta Ackerbauer, Sascha Jung
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 16.3. / 14:00 - 18:30
Anmeldeschluss 5.3.
gebührenfrei

Meine Rechte als Mieter/-in

Ein erfahrener Anwalt bearbeitet die häufig vorkommenden Problembereiche: Vermieter-Kündigung, Mieterkündigung, Mietminderung, Mieterhöhung, Schönheitsreparaturen, und Nebenkostenabrechnung.

Dr. Michael Müller-Göbel
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum (AWO), Rembrandtstr. 6
Do. 14.3. / 17:00 - 19:15
gebührenfrei

Ehrenamt

Aufgaben und Pflichten von Vereinsvorständen

Die rechtliche Verantwortung des ehrenamtlichen Vorstandes - eine Einführung

Ein Seminarbaustein zur Qualifizierung im Ehrenamt

In Kooperation mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal

Die Vereine wachsen und ihre Aktivitäten sind auf vielen Feldern auch wirtschaftlicher Natur. Heute sind hauptamtliche Angestellte und nebenberufliche Engagements verbreitet. Aber die Vorstände und damit Ehrenamtliche tragen die Verantwortung. Ein erfahrener Anwalt gibt für Vorständler und ausdrücklich jene, die es werden könnten, eine Einführung in Rechte und Pflichten des Vorstandes. Das Verhältnis zu den Hauptamtlichen wird vorgestellt, Geschäftsführung und Satzungsfragen werden

beleuchtet, Einblicke in das Steuerrecht gegeben und besonders die Frage nach dem Wirtschaftsbetrieb erörtert. Individuelle Fragen können im Vorfeld benannt werden und werden sodann nach dem Vortrag behandelt.
Bei vorhandenem Interesse kann das Thema an einem zweiten Abend nach Absprache vertieft werden!

Dr. Michael Müller-Göbel
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum (AWO),
Rembrandtstr. 6
Fr. 22.2. / 17:00 - 21:00
Gebührenfrei für Baunataler Bürgerinnen und Bürger!
Anmeldeschluss 24.1.
5 €

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung

Eine kreative Bereicherung für Gäste-, Stadt- und Naturführer sowie Öffentlichkeitsarbeiter in den Vereinen

Wochenendseminar

Nach einer kurzen Einführung grundlegender Aufnahmetechniken werden ausgewählte Bilder der Teilnehmenden in ein kostenloses Bildbearbeitungsprogramm eingelesen. Hierzu gibt es nützliche Hinweise zur einfachen Bildverwaltung und Archivierung.
Weitere Themen: Wie aus Bilddateien technisch gute Bilder gestaltet werden, Hell und Dunkel korrigieren, den Bildausschnitt neu wählen und Störendes wegretuschieren. Gezeigt wird, wie rote Augen verschwinden und die Bilder nachträglich schärfer werden.
Auch ein Überblick über die Fotobuch-Anbieter und deren Software wird gegeben.
Das Mailen von Bildern und die Verwendung im Internet werden angesprochen.
Bitte bringen Sie einen Datenträger mit Bildbeispielen mit: Portrait, Gruppe und Landschaft könnten dabei sein, aber auf jeden Fall auch „Lieblingsmotive".

K1502
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Fr. 22.2. / 17:00 - 20:00
Sa. 23.2. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 14.2.
40 €
Bitte bringen Sie eigene Digitalfotos auf CD oder USB-Stick mit!

Fit für das Ehrenamt

In Kooperation mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal

Gebührenfrei für Ehrenamtliche aus der Stadt Baunatal

Tagesseminar

Ein Ehrenamt zu bekleiden kann eine sehr befriedigende Aufgabe sein. Der Idealismus, den dieses Amt erfordert, ist eine Kraftquelle für dessen Bewältigung. Dazu kommen aber Erkenntnisse und Fertigkeiten, auf die sich zukünftige wie amtierende Vereinsmitglieder und Aktive vorbereiten können - und sollten, denn das schützt auch vor Überforderung und Enttäuschung. So verknüpfen sich Gesprächsführung und Motivation, und die gute Überzeugung tritt an die Stelle der flüchtigen Überredung. Zum Fundament, das dieses Tagesseminar legt, gehören die Planung von Sitzungen, ein Basiswissen Kommunikation, aus der Rhetorik der Argumentationsaufbau und die Gesprächsgestaltung. Im Sinne dieser Grundsteinlegung kann das Seminar nach Bedarf mit einem weiteren Angebot fortgeführt werden!

K1503
Andrea May
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum (AWO),
Rembrandtstr. 6
Fr. 1.3. / 10:00 - 17:00
Gebührenfrei für Ehrenamtliche aus der Stadt Baunatal
Anmeldeschluss 18.2.
25 €

Rein in die Zeitung und ins Netz

Einführung in die professionelle Pressearbeit

Wochenendseminar

Namen, Nachrichten, Termine: Ihr Verein, Ihre Organisation, Ihre Selbsthilfegruppe hat jede Menge mitzuteilen. Doch wie schaffen es die News in die Medien? Die Journalistin Irene Graefe zeigt Ihnen, wie Sie Ihre Nachrichten mediengerecht aufbereiten, wie Sie Kontakte zu Redaktionen pflegen, welche Themen Journalisten interessieren. Ganz konkret wird das Formulieren von Pressetexten für Print und Web eingeübt, damit nichts Wichtiges verloren geht. Dabei werden die Besonderheiten journalistischen Schreibens erlernt. Zu guter Letzt gibt es Tipps aus dem Redaktionsalltag und wie die Pressearbeit zum Bestandteil erfolgreicher Öffentlichkeitsarbeit (Mitgliederwerbung, Fundraising) wird.

K1504
Irene Graefe, M.A.
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Sa. 2.3. / 9:00 - 16:00
Anmeldeschluss 20.2.
25 €

Steuerrecht für gemeinnützige Körperschaften (Vereine)

Wochenendseminar

Im Grundkurs gibt ein erfahrener Finanzbeamter einen Überblick. Das Arbeitsfeld: Gemeinnützigkeit, tatsächliche Geschäftsführung, Kassenbuchführung, Jahresabschlüsse, Verein als Arbeitgeber, Steuervergünstigungen, Zuwendungsbestätigungen, Haftungsfragen. Ein Musterfall wird vom Geschäftsvorfall bis zur Steuerzahlung vorgestellt. Spezielle Fragen können in der Vorbereitungsphase benannt werden, und werden behandelt, wie etwa Inhalte und Formen von Vereinssatzungen, Mustersatzungen, Haftungsrecht und Gesellschaftsrecht aus steuerlicher Sicht.
Weitere Termine und ein Aufbauseminar können von Interessierten zum Wunschtermin und -ort jederzeit bei der vhs angefordert werden.

K1505
Edgar Oberländer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Sa. 13.4. / 9:15 - 16:45
Anmeldeschluss 2.4.
28 €

Gruppe leiten heißt kommunizieren

In Kooperation mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal

Gebührenfrei für Bürgerinnen und Bürger der Stadt Baunatal

Tagesseminar

Inhalte sprechen nicht für sich selbst, sie müssen erst ins rechte Licht gerückt werden. Wir können lernen, unsere Präsenz aufzubauen und uns ein überzeugendes Auftreten anzueignen. Das führt für die Aufgaben im Ehrenamt zu der fundamentalen Kompetenz, in Gesprächen so zu motivieren, dass Mitbürger ehrenamtlich tätig werden. So verknüpfen sich Gesprächsführung und Motivation, und die gute Überzeugung tritt an die Stelle der flüchtigen Überredung. Erst wenn dieses Selbstverständnis in den Gruppen angelegt worden ist, wird sie auch nach außen hin überzeugend auftreten und arbeiten können.
Ein Mittagessen wird im Senioren-Service-Zentrum angeboten (nicht im Preis).

K1506
Andrea May
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum, Rembrandtstr. 6
Fr. 19.4. / 10:00 - 17:00
Gebührenfrei für Teilnehmer aus Baunatal!
Anmeldeschluss 9.4.
36 €

Texten für die Website

Regeln und Praxis des Schreibens für das Netz

Wochenendseminar

Vereine oder Verbände, freie oder öffentliche Träger und Freischaffende etwa im sozialen oder kulturellen Bereich kommen nicht ohne professionelle Öffentlichkeitsarbeit aus. Projekte, aber auch die alltägliche Arbeit müssen intern und extern kommuniziert werden, nicht zuletzt, um Förderer zu gewinnen und Sponsoren zu halten. Aber wie formuliert man griffige Texte, welche Regeln sind beim Texten und im Allgemeinen bei der PR-Arbeit zu beachten? Was im Speziellen bedeutet Texten fürs Internet? Ein eigenes (Text-)Projekt kann im Seminar bearbeitet werden. Im Austausch in der Gruppe erweitert sich der Ideen-Pool.

K1507
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Sa. 27.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 18.4.
43 €
Bitte Laptop mitbringen, Teilnahme aber auch ohne Gerät möglich!

Pädagogik

Mathematikum Gießen
Eine Reise ins Reich der Logik

Exkursion

Mit der Eisenbahn nach Gießen fahren - und einen anregenden Ferientag im Reich der Mathematik verbringen. Eine Million Besucher können nicht irren, und Naturwissenschaften sind einfach angesagt. Hier stehen alle Türen offen für den großen Spaß an Mathematik und Logik. Dabei werden die Gäste auch gar nicht belehrt, sondern kommen selbst ins Tun und Denken. Einer kleinen Präsentation schließt sich ausreichend freie Zeit für eigene Weg im weiten Kosmos der Mathematik an.

K1608
Günther Weikert
Gießen
Mathematikum
Fr. 5.7. / 10:00 - 20:00
Anreise ab Baunatal-Guntershausen (ca. 10:00) und Kassel-Wilhelmshöhe (ca. 10:30)
Anmeldeschluss 26.6.
24 €

SAFE® - Sichere Ausbildung für Eltern

Vortrag

Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft werfen viele Fragen auf. Zunehmend fühlen sich Eltern verunsichert, was denn das Beste für ihr Baby sei. Feinfühlig, prompt und angemessen auf die Signale des Kindes zu reagieren bildet die beste Basis, die Eltern, Großeltern, Tagesmütter, Babysitter... schon in der Schwangerschaft ihrem Kind geben können. Sie erhalten einen guten Einblick in Ausrichtung und Wirkungsweise dieser Methode.

Vera Mennemeier, Heilpraktikerin,
Heike Haberland, Dipl. Päd.
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Marburger Konzentrationstraining (MKT) Kindertraining (Vorklasse bis 11 Jahre)

Mit begleitenden Elternabenden

Für Kinder, die leicht ablenkbar sind: In spielerischen Übungen werden die Wahrnehmung mit allen Sinnen und das Gedächtnis geschult. Das Ziel besteht darin, die Konzentrationsfähigkeit und das Arbeitsverhalten des Kindes positiv zu verändern sowie das Selbstbewusstsein zu stärken.

K1631
Christel Wiegand-Grätz
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 101
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00
Mi. 13.2. / 19:30 - 21:15
Mi. 20.2. / 16:30 - 18:00
Mi. 20.2. / 19:30 - 21:15
Mi. 27.2. / 16:30 - 18:00
Mi. 27.2. / 19:30 - 21:15
Mi. 6.3. / 16:30 - 18:00
Mi. 13.3. / 16:30 - 18:00
Mi. 20.3. / 16:30 - 18:00
Mi. 20.3. / 19:30 - 21:15
10 Termine
Die Elternabende beginnen bereits am Tag des 1. Kindertrainings um 19:30 Uhr.
6 Übungstermine für Kinder, 4 Elternabende
Anmeldeschluss 7.2.
57 €
+ Materialkosten 5 €

K1632
Christel Wiegand-Grätz
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 10.4. / 16:30 - 18:00
Mi. 10.4. / 19:30 - 21:15
Mi. 17.4. / 16:30 - 18:00
Mi. 17.4. / 19:30 - 21:15
Mi. 24.4. / 16:30 - 18:00
Mi. 24.4. / 19:30 - 21:15
Mi. 1.5. / 16:30 - 18:00
Mi. 8.5. / 16:30 - 18:00
Mi. 15.5. / 16:30 - 18:00
Mi. 15.5. / 19:30 - 21:15
10 Termine
Die Elternabende beginnen bereits am Tag des 1. Kindertrainings um 19:30 Uhr.
6 Übungstermine für Kinder, 4 Elternabende
Anmeldeschluss 2.4.
57 €
+ Materialkosten 5 €

Marburger Konzentrationstrainings werden wir auf Nachfrage gern an anderen Orten und insbesondere in Schulen einrichten!
Kontakt: 05671-8001 2220.

Institut Legato
Ambulante Einrichtung zur Förderung von Schülern mit Teilleistungsstörungen
Institut Legato
Königsplatz 59
34117 Kassel
T. 0561 - 10 40 28
Mo - Fr ab 11.00 Uhr
legato-kassel@freenet.de
www.institut-legato.de
Legasthenietherapie
Dyskalkulietherapie
Mit Hilfe einer Legasthenie-/Dyskalkulietherapie können Schüler,
- mit ihren Schwächen selbstbewusster umgehen
- im sozialen Umfeld (Elternhaus, Schule...) eine Entspannung erfahren
- eine Schullaufbahn einschlagen, die ihren Fähigkeiten bzw. ihrer Intelligenz angemessen ist
- ihre Lese- und Rechtschreibleistungen sowie ihre Rechenfähigkeit verbessern
Zusätzlich bieten wir einen speziellen **English-Förderkurs** für lese-rechtschreibschwache Schüler an sowie ein **Wahrnehmungstraining** zur gezielten Behandlung von Teilleistungsschwächen **nach Brigitte Sindelar** für Vorschul- und Schulkinder

Welt und Umwelt

Freilandlabor Dönche
Führung

Im Freilandlabor finden Sie in einer ehemaligen Sandgrube mitten im Landschaftsschutzgebiet Dönche drei Teiche und zahlreiche weitere Biotope mit einer interessanten Pflanzen- und Tierwelt. Sie können Natur mit allen Sinnen erleben, Pflanzen, Tiere und deren Lebensräume kennen lernen, beobachten und untersuchen. Außerdem erfahren Sie, wie die Natur gefährdet wird, und lernen Möglichkeiten für eigenes Handeln zum Schutz der Natur kennen.
Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist auf jeden Fall nötig.

Treffpunkt: Kassel, Heinrich-Schütz-Allee, Abzweig zur Feuerwache, nach 50m links an der Wegetafel am Eichenwald.

K1700
Prof. Dr. Roland Hedewig
Parkplatz im Eichenwald
Sa. 25.5. / 14:00 - 16:00
gebührenfrei

Geologie und Paläontologie in Nordhessen

Einführung in die Erdwissenschaften

Welche erdgeschichtlichen Vorgänge prägten unsere heutige Landschaft?
Warum kann man im Habichtswald Muscheln und in der Stadt Mammutzähne finden?
Gibt es bei uns in Nordhessen Erdbeben und Vulkanausbrüche?
Die großen weltweiten Zusammenhänge: Aufbau der Erde unter unseren Füßen bis zum Erdkern, Bewegung der Kontinente, Wandel des Klimas und die Entwicklung der Lebewesen geben uns Antworten auf diese und weitere Fragen.
Ergänzende Themen können auf Wunsch Öl,- und Kohle-Lagerstätten, Erdgas-Fracking und die Atommüllendlager-Problematik sein.
Kleine Experimente und Exkursionen in die Umgebung schaffen einen praktischen Bezug.

K1701
Ira Waldow, Diplom-Geologin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 12 Termine
60 €

Foto: Dieter Schütz/pixelio.de

Astronomie erleben

Eine praxisbezogene Einführung in die Himmelsbeobachtung

Wie orientiere ich mich am nächtlichen Sternenhimmel? Welche Sternbilder kann ich sehen und wie finde ich sie? Wie funktioniert ein Teleskop? Diese und viele weitere spannende Fragen werden uns bei der Einführung in die Himmelskunde beschäftigen. Dazu beobachten wir erstaunliche Himmelsphänomene und studieren Mond, Planeten, Sonne und mancherlei exotische Gebilde unseres Universums im Teleskop. Begleitet wird dieser praktische Teil durch allgemeinverständliche Einführungen in die jeweilige Thematik, die durch Filme und Animationen veranschaulicht wird. Die Himmelsbeobachtung ist witterungsabhängig und kann nur bei klarem Himmel stattfinden. Dadurch kann es zu Terminverschiebungen kommen.
Zusatztermine nach Absprache.
Anfahrt über die L 3214 zwischen Zierenberg und Calden-Ehrsten.

K1702
Ralf Gerstheimer
Zierenberg
Naturparkzentrum Habichtswald
Mo. 6.5. / 19:00 - 20:30 / 6 Termine
30 €

Blütenpracht und reiche Ernte

Sie träumen von einem prächtigen Staudenbeet, von selbst gezogenen, frischen Kräutern, von Obst und Gemüse aus dem eigenen Garten. Aber im Alltag mit dem Garten tauchen viele Fragen und Unsicherheiten auf: Wie teile ich den Garten auf, welche Pflanz- und Pflegearbeiten fallen an? Was kann ich säen oder pflanzen, und wann ist die richtige Zeit dazu? Wir werden diesen und anderen Fragen nachgehen. Theoretisches Grundwissen, praktische Fertigkeiten und Anregungen werden vermittelt.
Di. 5.3., 12.3., 19.3., 9.4., 16.4., 23.4., 30.4.

K1703
Andrea Kölzer, Gärtnerin und Freiraumplanerin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Di. 5.3. / 18:00 - 19:30 / 7 Termine
40 €

Staudenbeete planen, pflanzen, pflegen

Ausdauernde Stauden erfreuen uns mit einer Vielzahl an Farben und Formen: winzige Steingartenpolster und üppige Prachtstauden, mediterrane Sonnenkinder und schattenliebende Waldrandbewohner, filigrane Gräser und großblättrige Blattschmuckstauden, pflegeleichte Bodendecker und anspruchsvolle Liebhaberstauden. Der Kurs bietet Ihnen Hilfe bei der Auswahl standortgemäßer Pflanzen, Tipps für die Beetgestaltung und Hinweise zu Anlage und Pflege Ihres Staudenbeetes.
Di. 14.5., 28.5., 25.6., 2.7.

K1704
Andrea Kölzer, Gärtnerin und Freiraumplanerin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Di. 14.5. / 18:00 - 19:30 / 4 Termine
20 €

Ornithologische Exkursionen

Vogelbeobachtung im Park Wilhelmshöhe

Exkursion

Treffpunkt: Endstation Linie 1
Nur mit Anmeldung bei der Volkshochschule

K1705
Günter Boller
Kassel
Park Wilhelmshöhe, Endstation Linie 1
Mi. 24.4. / 9:00 - 12:00
10 €

Vogelbeobachtung in der Dönche

Exkursion

Treffpunkt: Schöne Aussicht an der Dönche, Heinrich-Schütz-Allee
Nur mit Anmeldung bei der Volkshochschule.

K1706
Günter Boller
Kassel
Bushaltestelle Schöne Aussicht an der Dönche
Mi. 8.5. / 8:00 - 11:00
10 €

Die Welt des Unsichtbaren

Das Mikroskop als Hobby

Wochenendseminar

Mit dem Einstieg in das Rentenalter ergibt sich für viele die Frage: Was nun?
Als Alternative zum Briefmarkensammeln oder Modellbau bietet sich die Arbeit mit einem Mikroskop als Hobby an.
Dieser Kurs richtet sich an Liebhaber der Natur, die gerne etwas mehr über die Welt des Mikroskosmos wissen möchten und ein Mikroskop ihr Eigen nennen, oder eventuell eines erwerben wollen. Je nach Können und Neigung sitzt man nicht nur an dem Gerät; die Natur ist voller Geheimnisse, die sich dem unbewaffneten Auge entziehen.
Der Kurs ist für Neulinge und Wiedereinsteiger gedacht, um die Handhabung der Gerätschaften zu erlernen oder zu verbessern, sowie den Interessierten mit den zu entdeckenden Proben vertraut zu machen.
Eigene Geräte können mitgebracht werden, es sind jedoch ausreichend Kursgeräte vorhanden.
Maximale Teilnehmerzahl: 12

K1707
Wolfgang Grigoleit
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Sa. 9.3. / 11:00 - 14:00
14 €

Rund um den Staufenberg im Reinhardswald

Exkursion

Schier endlose Buchenwälder, prächtige Eichenalleen und die historischen Huteeichenbestände, tiefe Spuren von Naturkatastrophen, Schwerpunkte forstlicher Forschung und zugleich berühmtes Jagdrevier sowie Refugium für die Wildkatze. All das mitten in einer Oase der Stille im Reinhardswald rund um den höchsten Berg dieses „Schatzhauses der europäischen Wälder" wird in einer etwa fünf Kilometer langen Wanderung vorgeführt und diskutiert.
Zum Abschluss der Wanderung genießen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Aussicht von der Staufenberghütte, wer möchte bei mitgebrachter Verpflegung.
Feste Schuhe und Fotoapparat werden empfohlen.
Fahrt in eigener Verantwortung.
Nur mit Anmeldung bei der Volkshochschule.
Info vhs Tel. 0561-1003-1697
Treffpunkt: Parkplatz Kühbacher Wiese im Reinhardswald (Haltestelle des NVV).

K1708
Klemens Kahle
Reinhardswald
Haltestelle Kühbacher Wiese
So. 14.4. / 9:30 - 13:30
10 €

Baumwanderung an der Hessenschanze

Exkursion

Im Frühjahr erwachen auch die Bäume aus ihrer Winterruhe, ihre Säfte beginnen wieder zu fließen, Knospen von Blättern und Blüten öffnen sich und erfreuen unsere Sinne.
Dies ist eine ideale Zeit für eine kurzweilige und genussvolle Wanderung zu einigen Stellvertretern dieser Gehölze an der Hessenschanze.
Zunächst werden bestimmte botanische Erkennungsmerkmale gezeigt, darüber hinaus die Geschichte und die mit Ihnen verwobenen Mythen der Bäume erzählt. Im Focus stehen außerdem die Verwendung der Pflanzenteile wie Blätter, Blüten, Samen, Rinden und Wurzeln in der Küche und zu Heilzwecken.
Abschließend gibt es einen kleinen Blätter-Imbiss zum Probieren sowie ein Baum-Märchen.
Nur mit Anmeldung bei der Volkshochschule.

Treffpunkt: Straßenbahn Endstation Linie 8

K1709
Felicia Molenkamp, Diplom-Biologin
Kassel
Hessenschanze
Do. 11.4. / 16:00 - 19:00
Anmeldeschluss 9.4.
10 €

Rosenduft und Sternrußtau

Rosen begeistern uns mit ihrer Schönheit und ihrem Duft - und ärgern uns mit Läusen, Mehltau, Rosenrost und Sternrußtau. Einen genussvollen, entspannten und gelassenen Umgang mit Rosen zu finden, steht im Mittelpunkt des Kurses. Dazu werden Kenntnisse zu Standortwahl, Pflanzung, Pflege und zum biologischen Pflanzenschutz vermittelt.
Wir lernen robuste Arten und Sorten kennen, Wildrosen und historische Rosen, Edel- und Beetrosen, Strauch- und Kletterrosen. Bei einem Spaziergang über die Roseninsel im Bergpark Wilhelmshöhe werden wir vielen Rosen auch persönlich begegnen - mit ihren Vorzügen und Eigenheiten.
Beginn: Di. 21.5.
Weitere Termine: 4.6., 11.6., 18.6.

K1710
Andrea Kölzer, Gärtnerin und Freiraumplanerin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Di. 21.5. / 18:00 - 19:30 / 4 Termine
20 €

Die Sonne schickt keine Rechnung!

Die Klimakatastrophe ist vermeidbar, die Erde hat noch eine Gnadenfrist. Franz Alt zeigt, wie wir mit einer solaren Energiepolitik nicht nur das Weltklima retten und der Menschheit eine Überlebenschance geben, sondern zugleich viele neue Arbeitsplätze schaffen können. Die Wirtschaft wird lernen, mit der Sonne zu arbeiten. Der Vortrag des Mahners und Visionärs aus Baden-Baden eröffnet die Lohfeldener Messe mit Beratungen zur Solartechnologie, Photovoltaik und anderen Zukunftsaussichten auf ein Bauen, das die natürlichen Lebensgrundlagen über das heute hinaus bewahrt.
Franz Alt steht im Anschluss am Büchertisch zum Gespräch bereit.

Dr. Franz Alt
Lohfelden
Bürgerhaus, Lange Str. 21
Fr. 15.3. / 19:00 - 20:30
gebührenfrei

KlimaX - Frierst du noch oder schwitzt du schon?

Ergebnisse aus dem Cartoonworkshop mit Stephan Rürup (Titanic) zum Thema Klimawandel

Veranstaltungsreihe begleitend zum Klimaschutzkonzept der Gemeinde Lohfelden

vhs-Ausstellung

Junge Menschen haben sich mit der Kasseler Caricatura in der vhs in Kassel ein Bild von den Zuständen und der Zukunft gemacht - die witzigen Karikaturen, die sie zeichneten, halten uns den Spiegel der Zeit vor. Witzig - auch im alten Sinne von geistesscharf...
Im Rathaus der Gemeinde Lohfelden zu den üblichen Bürozeiten vom 29. April bis 29. Mai.
Vernissage: Montag, 29. April 2013, 19:30 Uhr, Rathausfoyer Lohfelden.
Ein Projekt der Klimaakademie der VHS Region Kassel und der Caricatura
Kassel, gefördert durch das Bundesministerium für Bildung und Forschung
im Rahmen des Wissenschaftsjahres 2012.

K1712
Dr. Klaus-Peter Lorenz
Lohfelden
Rathaus, Lange Str. 20
Mo. 29.4. / 8:00 - 16:00 / 20 Termine
gebührenfrei

Bike - Festival Willingen 2013

Radfahren - Klima schonen - gesund bleiben!

Bahnfahrt zum großen Zweiradspaß - mit Besuch bei Firma Rohloff

Veranstaltungsreihe begleitend zum Klimaschutzkonzept der Gemeinde Lohfelden

Exkursion

Hier gibt es verschiedene Rennen wie den 'MTB bike' Marathon, Downhillrennen 'Wheels of Speed`, 4x ProTour, EnduroRide, Juniortrophy und viele weitere Sideevents. Vorgestellt werden die Neuheiten und Trends der aktuellen Biklesaison 2013 - und man kann testen, testen, testen (wenn ein Ausweis hinterlegt wird)!
Dafür gibt es spezielle Parcours am Festival-Gelände sowie eine Freeridestrecke (Helmpflicht!). Und natürlich gibt es Show und Musik. Es ist eines der größten Festivals dieser Art weltweit.
Verabredet ist die vhs-Gruppe mit der Rohloff AG aus Ihringshausen, jenem innovativen Betrieb, der die Fahrradantriebstechnik regelmäßig mit neu entwickelten Produkten bereichert.

K1713
David Klinkhammer
Willingen
Bike-Festival, Talstation Seilbahn
Sa. 15.6. / 8:00 - 17:35
Anmeldeschluss 4.6.
12 €

Meine kleine Rote Rübe

Gärtnern für kleine und große Anfänger/-innen beim Gemüsebaukollektiv Rote Rübe. Geeignet für Kinder von vier bis zehn Jahren in Begleitung Erwachsener

Wochenendseminar

Der Frühling ist die Jahreszeit des Säens und Pflanzens. Gemeinsam werden Väter und Kinder den Frühling auf dem Gärtnerhof erleben gärtnern. Die Samen für die spätere Ernte werden in die Erde gebracht und es wird spielerisch erlebt, was eine Pflanze zum Wachstum benötigt. Weitere Frühjahrspflanzen werden entdeckt, genascht und gelernt, wie sie verwendet werden können.
Im August wird dann gestaunt, was aus den kleinen Sämlingen und Pflänzchen geworden ist. Das Entdecken des sommerlichen Gemüsehofes soll im Vordergrund stehen, und aus dem frisch Geernteten wird ein leckeres Mittagessen entstehen. Nebenbei können die dabei gefundenen Insekten und Krabbeltiere näher unter die Lupe genommen werden. Für die Hauspotheke zum Mitnehmen wird auch etwas dabei sein!

K1714
Maike Stetzka
Kaufungen-Niederkaufungen
Tagungs-u. Begegnungshaus, Wilhelmsstr. 7
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:00
Sa. 3.8. / 10:00 - 16:00
2 Termine
Vesper und Mittagessen auf Wunsch - vor Ort zu zahlen (12 Euro Erwachsene, 6 Euro Kinder).
Anmeldeschluss 4.4.
45 €

Pflanz Dir die Welt!

Bio-Gärtnern für Menschen mit und ohne Behinderung

Wochenendseminar

Gärtnern ist „Massage für die Seele", eine zutreffende Beschreibung eines Hobbygärtners, der den Garten und das Gärtnern für sich neu entdeckt. Und das ist es, worum es beim Gärtnern gehen soll. Damit der Garten nicht bereits im ersten Jahr Unkraut und Schädlingen zum Opfer fällt, sollen hier viele kleine Tipps und professionelle Tricks im Umgang mit dem eigenen Bio- Garten vermittelt werden. In Theorie aber auch vor allem im Praktischen wird gesät, pikiert, getopft, gepflanzt, gepflegt, gegossen und geerntet... und natürlich genossen. Außerdem kann ein kleiner Grundstock für den eigenen Garten mitgenommen werden.

K1715
Maike Stetzka
Kaufungen-Niederkaufungen
Tagungs-u. Begegnungshaus, Wilhelmsstr. 7
So. 21.4. / 10:00 - 17:00
So. 4.8. / 10:00 - 17:00
2 Termine
Vesper und Mittagessen auf Wunsch - vor Ort zu zahlen (12 Euro).
Erforderliche Unterstützung und spezielle Betreuung bitte vorab mit der Kursleiterin besprechen: 05605-8007 37
Anmeldeschluss 4.4.
54 €

Globale Ernährungssicherheit und lokale Handlungsalternativen

Exkursion mit Vortrag: Solidarische Landwirtschaft - ein regionaler Weg zur Ernährungssicherheit

In Kooperation mit dem ÖGB e. V. und „Rote Rübe"

Exkursion

Bei einer Solidarischen Landwirtschaftsgemeinschaft schließen sich Verbraucher/-innen und Landwirt/-innen in gegenseitiger Verantwortung zur Produktion von Lebensmitteln zusammen. Die Verbraucher/-innen sorgen dafür, dass die Kosten, die zur Erzeugung der landwirtschaftlichen Produkte anfallen, gedeckt sind. Im Gegenzug erhalten sie sämtliche Produkte des Hofes. Das Gemüsebaukollektiv Rote Rübe betreibt seit 3 Jahren eine Solidarische Landwirtschaft für Kassel & Umgebung. Wöchentlich werden rund 160 Mitglieder mit frischem Bioland- Gemüse versorgt. Nach einer Einführung in das Konzept der Solidarischen Landwirtschaft besichtigen wir die vielfältig bewirtschafteten Ackerflächen und tauschen uns über die bisher gesammelten Erfahrungen aus.
Mit Führung durch die Kommune Niederkaufungen und einem Mittagessen.

K1716
Dr. Christine Rüther, Harald Weinel
Kaufungen-Niederkaufungen
Tagungs-u. Begegnungshaus, Wilhelmsstr. 7
Sa. 6.7. / 9:00 - 16:00
Gefördert durch „dvv international" (Deutscher Volkshochschulverband) mit finanzieller Unterstützung des bmz (Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung)
ÖPNV - Fahrtkosten der Teilnehmer werden erstattet - Linie 4, Haltestelle Kaufungen-Niederkaufungen.
Weitergehende Informationen bei Dr. Rüther: 05605-800737; 05605 800730.
Anmeldeschluss 22.6.
15 €

Kräuterwerkstatt im Frühling

Wochenendseminar

Die wilde Seite der Kräuter, - was ist nutzbar und was ist giftig? Hier lernen Sie die wichtigsten Frühlingskräuter sicher kennen und unterscheiden. Und es wäre keine Kräuterwerkstatt, wenn nicht mit dem wilden Pflanzenmaterial umgegangen würde: Wir bereiten würzende, süße und herzhafte Zutaten für die Küche zu, setzen Ölauszüge und Tinkturen an und verarbeiten sie zu Salben und Naturkosmetik. In Arbeitsblättern vertiefen Sie die Eindrücke und das neue Wissen. Genießen sie diese Samstagnachmittage als grüne Auszeiten für Seele, Leib und Geist. Siehe auch „Kräuterwerkstatt im Sommer".

K1717
Annette Zimmermann
Grebenstein
Kräuterwerkstatt Annette Zimmermann, Burguffelner Str. 11
So. 24.3. / 14:00 - 17:00
So. 21.4. / 14:00 - 17:00
So. 5.5. / 14:00 - 17:00
So. 26.5. / 14:00 - 17:00
4 Termine
Beratung durch die Kursleitung: 0176-78308004
Anmeldeschluss 15.3.
60 €
+ Material für Gefäße und Zutaten 5 €

K1718
Annette Zimmermann
Kaufungen-Oberkaufungen
Museumsgarten am MitmachHaus, Schulstr. 33
Sa. 6.4. / 14:00 - 17:00
Sa. 27.4. / 14:00 - 17:00
Sa. 18.5. / 14:00 - 17:00
3 Termine
Auf Wunsch Beratung vorab bei der Kursleiterin: 0176-78308004.
Anmeldeschluss 20.3.
45 €
+ Material für Gefäße und Zutaten 5 €

Kräuterwerkstatt im Sommer

Wochenendseminar

Das Kräuterjahr geht auf seinen Höhepunkt zu. Wir lernen viele Heilkräuter kennen, setzen Ölauszüge und Tinkturen an für Hausmittel und Kosmetik, kochen wilde Suppen und mörsern durch Trocknen konservierte Blüten und Blätter für Kräutersalz.
Sie kommen ganz nah dran an die ewige grüne Kraft. In Arbeitsblättern vertiefen Sie die Eindrücke und das neue Wissen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Siehe auch „Kräuterwerkstatt im Frühling".

K1719
Annette Zimmermann
Kaufungen-Oberkaufungen
Museumsgarten am MitmachHaus, Schulstr. 33
Sa. 8.6. / 14:00 - 17:00
Sa. 29.6. / 14:00 - 17:00
Sa. 17.8. / 14:00 - 17:00
3 Termine
Anmeldeschluss 30.5.
45 €
+ Material für Gefäße und Zutaten 5 €

Vom Kakao zum Pralinee

Fahrt ins Schokoladenmuseum Köln

Exkursion

Es gibt einen Ort, wo man das süße Handwerk der Maitres Chocolatiers live erleben kann: das Lindt-Imhoff-Schokoladenmuseum am Rheinufer mitten in Köln. Egal ob Weihnachtsmann, Goldhase, Trüffel oder Tafel - hier können Besucher alles über die Herstellung und Geschichte von Schokolade erfahren. Dabei kann den Chocolatiers in einer zweigeschossigen Produktionsanlage über die Schulter gesehen - und probiert werden. Eine Schatzkammer zur Geschichte und Gegenwart des Braunen Goldes vertieft das Wissen.
Eine kleine individuelle Stadterkundung in Köln rundet den Tag ab.

K1723
Günther Weikert
Köln
Schokoladenmuseum
Sa. 23.3. / 8:23 - 20:55
Fahrt mit Regionalexpressen, Reisebegleitung, Eintritt, fachliche Führung.
Anmeldeschluss 14.3.
28 €

Wie Tomatenanbau gelingt

Erfahrungen und Rezepte

Tomaten sind vielseitig im Speiseplan verwendbar und haben auch viele gesundheitlich wertvolle Inhaltsstoffe.
Leider werden die in Supermärkten zu kaufenden Früchte nur auf Transport- und Lagerfähigkeit gezüchtet.
Zu schmackhaften Früchten mit allen wertvollen Inhaltsstoffen verhilft nur eigener und naturgemäßer Anbau. Gezeigt wird, wie Tomaten selbst angezogen und veredelt werden können und wie sie zu pflegen sind, und wie der Samen gewonnen werden kann.
Karl H. Pilhofer selektiert seit über 20 Jahren zwei Tomaten-Sorten: Eine robuste Freiland-Sorte und eine hocharomatische kleinfruchtige Sorte, die Regenschutz braucht. Von beiden Sorten werden Samen gegen eine Schutzgebühr abgegeben.

Karl Heinz Pilhofer
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 14.3. / 18:00 - 20:00
5 €

Fit in den Frühling mit Wildkräutern

Löwenzahn, Bärlauch, Brennnessel und Co.

Wildkräuter sind Vitaminbomben aus der Natur, denn sie enthalten mehr Vitamine und Mineralstoffe als kultivierte Gemüse und Kräuter. Sie wachsen am Wegesrand, im Wald oder im eigenen Garten. Selbst die einfachsten Kräuter haben ihren Wert und sie stehen uns immer frisch und kostenlos zur Verfügung. Sie bieten uns gerade im Frühjahr einen besonderen Kräutergenuss und geben uns nach einem langen Winter neue Kraft.
Sie lernen einige wichtige Wildkräuter kennen, die man durchaus auch im eigenen Garten dulden kann. Es gibt Tipps zum Anbau von Bärlauch im eigenen Garten, zur Verwendung der Kräuter in der Küche aber auch zu deren Einsatz als Heilmittel.
Zum Ende des Vortrags können Wildkräuter in Form eines Imbisses probiert werden.

Maria Droste-Pilhofer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Do. 21.3. / 18:00 - 20:15
5 €

Für die sichere Zukunft unserer Region
Mit Energie in eine saubere Zukunft.
Die Entwicklung zukunftsfähiger Energiekonzepte wird mit dem Einstieg in die E-Mobilität um einen weiteren Baustein ergänzt. Die zukunftsweisende Technologie in Verbindung mit regenerativ erzeugter Energie ist umweltfreundlich und ressourcenschonend. Und als Energiespeicher eine wichtige Komponente im intelligenten Energienetz der Zukunft. Mit diesem und weiteren Modellprojekten investiert E.ON Mitte schon heute in die sichere und umweltfreundliche Energieversorgung der Zukunft. E.ON Mitte kennt sich aus, im Netz und in der Region.
www.eon-mitte.com
e·on | Mitte

Foto: Marianne J./pixelio.de

Grimms Frühlingswiesen - Mythen finden, Märchen erschauen

Exkursion

Frühlingsduft, Blütenfarben und Pflanzenformen zeigen Wege in Mythen und Märchen. Eigenes Gestalten in unterschiedlicher Weise sowie Kostproben märchenhaften Durfts und Geschmacks lassen verborgene Seiten Grimmscher Märchen, Legenden und Sagen erfahrbar werden. Ein mythologischer Spaziergang lädt ein zu Momenten des Verweilensund sinnenhaften Erlebnissen. Keinerlei Vorkenntnisse erforderlich.

K1726
Hildegard von Campe
Zierenberg
Naturparkzentrum Habichtswald
Do. 6.6. / 14:30 - 17:30
Anmeldeschluss 24.5.
10 €

Haus und Hof

Obstbaumschnitt und -pflege - für Ungeübte und Fortgeschrittene

Wochenendseminar

Damit qualitativ hochwertiges und gesundes Obst geerntet werden kann, ist ein Mindestmaß an Schnitt und Pflege notwendig. Anhand des Öschbergschnittes wird ein System erklärt, wie dies unter Ausnutzung der natürlichen Wachstumsgesetze ohne viel Aufwand möglich ist. Nach der Theorie kommt die gemeinsame Praxis sowie die Vorstellung geeigneter Werkzeuge.
Schnittwerkzeug bitte mitbringen!

K1741
Jan Bade
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 22.2. / 18:00 - 22:00
Sa. 23.2. / 9:00 - 14:00
2 Termine
Anmeldeschluss 14.2.
27 €

Obstgehölze selber veredeln

Wochenendseminar

Eine Obstsorte sortenecht zu erhalten, ist in der Regel nur durch Veredelung mit einer Wurzelunterlage möglich. Durch die Auswahl verschiedener Wurzelunterlagen wird über das spätere Größenwachstum des Baumes entschieden. Die theoretischen Grundlagen sind die Basis, um eine geeignete Auswahl dieser Kombination wählen zu können.
Bei der hier zu erlernenden Winterhandveredelung werden verschiedene Veredelungsvarianten gemeinsam ausprobiert, so dass am Ende jede Person ihr eigenes Bäumchen mit nach Hause nehmen kann.

K1742
Jan Bade
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 20.4. / 9:00 - 15:00
Anmeldeschluss 12.4.
20 €
+ 5 € für Wurzelunterlagen, Edelreiser

Bauen und Technik

Bauen - kein Buch mit sieben Siegeln

Wochenendseminar

Tipps für den eigenen Hausbau. Vertragsformen und -formulierungen, die richtige Firmenwahl, Gewährleistung, Festpreis, Gesamtkosten, Angebotsvergleiche, Eigenleistungen, Grundstücksauswahl, Hausformen, Fertighäuser, Bausätze, Ausbauhäuser, 3-Liter-Haus, ökologische Bauweisen, Vermeidung von Giftstoffen und Schimmel, Baufinanzierung, Qualitätssicherung u. v. m.

K1746
Volkhard Bouchon
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Fr. 19.4. / 17:00 - 20:00
Sa. 20.4. / 9:00 - 18:00
40 €

Der richtige Weg zur Haussanierung- teure Fehler vermeiden

Vortrag und Beantwortung von Fragen

Volkhard Bouchon
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Fr. 12.4. / 18:00 - 21:00
5 €

Heimwerken von Anfang an

Tipps und Tricks

Wozu brauche ich Spax-Linsenkopf und Rundkopfschrauben? Wie lese ich eine Montage- oder Aufbauanleitung für Möbel? Wofür benutze ich Lasuren, Lacke, Acryl- oder Binderfarben? Fragen über Fragen für die angehenden Heimwerkerinnen und Heimwerker.
Sie werden in die Lage versetzt, gezielt Gespräche in Heimwerkerläden führen zu können, und bekommen so Basiswissen, das einen Überblick für das „Machbare“ liefert.
Auf Wunsch kann ein Zusatztermin für praktisches Arbeiten an einem „Kompaktwochenende“ angeboten werden.

K1748
Michael Rohde, Möbeldesigner
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:30 / 8 Termine
40 €

Mit dem Fahrrad unterwegs

Mit dem Fahrrad der Natur auf der Spur

In Kooperation mit dem ADFC Hessen e.V.

Fahrradtour

Vom Ostermontag, 1. April, bis zum Freitag, 5. April, entdecken wir den Odenwald und das Naturschutzgebiet am Altrhein, den Ried, mit dem Rad. Wir fahren mit dem Zug bis Hanau und zurück geht es ebenfalls mit der Bahn von Frankfurt nach Kassel.
Die Vorbesprechung am 8. März um 17.00 Uhr im Bürgerhaus Waldau ist Teil des Kurses und ist auch Voraussetzung für die Tourteilnahme. Die während der Radtour anfallenden Kosten trägt jede(r) selbst.

Volkmar Gerstein und Jörg Machill (Tourenleiter)

K1758
Volkmar Gerstein, Jörg Machill
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Fr. 8.3. / 17:00 - 19:00 / 6 Termine
60 €
Eigenes, verkehrssicheres und tourtaugliches Fahrrad mitbringen

Länderkunde

Die Westküste der USA und Kanadas - Von Los Angeles bis Vancouver

Dia-Vortrag

Michael Stuka und Sabine Visse haben auf ihrer Tour u.a. die Nationalparks Death Valley, Grand Canyon, Bryce Canyon, Zion, Arches und den Yellowstone bereist.
Zu sehen sind wieterhin die Städte Los Angeles, San Francisco, Las Vegas und Salt Lake City. British Columbia im Westen Kanadas, kurz BC genannt, ist ebenfalls Thema des Vortrags. Zu sehen sind u.a. die Stadt Vancouver und die sie umgebenden Landschaften.

Michael Stuka
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Di. 26.2. / 20:00 - 22:00
6 €

5000 Kilometer per Fahrrad von Vancouver nach Alaska -

digitale Film- und Diashow mit Reinhard Pantke

In atemberaubenden Bildern zeigt der Braunschweiger Globetrotter und Reisejournalist Reinhard Pantke Bilder und Filme einiger der spektakulärsten Landschaften Nordamerikas. Über drei Monate war er im Jahr 2012 per Fahrrrad unterwegs.
Fast 5.000 km radelte der Globetrotter und Buchautor vom Süden Kanadas durch die spektakulären Rocky Mountains hinauf in die unglaublichen Weiten des wilden Yukon Territories und Alaskas. Dabei erkundete er unterschiedliche Landschaften zwischen Regenwäldern, Halbwüsten, riesigen Gletschern und gigantischen Gebirgslandschaften. Zuschauer bekommen zudem jede Menge Tipps und Informationen für eigene Reisen.

Reinhard Pantke
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 18.3. / 19:30 - 21:30
6 €

Hansestädte an Nord- und Ostsee

Diavortrag

Die Hanse war eine im Mittelalter und der frühen Neuzeit bedeutende Handels- und Wirtschaftsgemeinschaft zahlreicher Städte verschiedener Länder vorwiegend an Nord- und Ostsee. Anhand von Bildern der Städte Hamburg, Bremen, Lübeck, Wismar, Rostock, Stralsund, Danzig, Reval (das heutige Tallin) und Bergen wird eine Übersicht über die Geschichte dieser internationalen Städteorganisation gegeben, die man als einen ersten Vorläufer der Europäischen Union unserer Zeit ansehen kann. In all diesen Städten erinnern typische Bauwerke insbesondere im Stil der Backsteingotik an ihre hansische Vergangenheit.

Günter Boller
Liebenau-Haueda
Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 4.3. / 20:00 - 22:15
5 €

Waldviertel und Südböhmen

Dia-Vortrag

Eine Reise in das Waldviertel in Niederösterreich und nach Südböhmen ist zunächst eine Reise in eine schöne Mittelgebirgslandschaft. Es gibt aber auch kaum eine Region, die mit Schlössern, Burgen und Klöstern so zahlreich bestückt ist wie dieses Stückchen Erde. Hier verbindet sich in bester Weise die Natur mit der Kultur.
Viele dieser Schönheiten werden gezeigt, dazu zählen u.a. Zwettl, Gmünd und Weitra sowie Trebon, Zlabings, Budweis, Böhmisch Krumau und Neuhaus.

Richter
Liebenau-Haueda
Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 18.3. / 20:00 - 22:15
5 €

Norwegen erleben: Mit dem Motorrad zu den Lofoten

Diese besondere Reise auf dem Motorrad führte über Dänemarks Norden zur Fähre von Hirtshals nach Krisitansund in Norwegen. Weiter ging es an der Küste entlang über Starvanger, Bergen zum Lysefjord.
Die Fjord-Höhenstrasse führte die nordhessischen Biker in 1434 m Höhe durch Eis und Schnee - und das im Juni. Nun folgten der Geiranger Fjord, Alesund und weiter die Atlantikstrasse nach Trondheim. Der Polarkreis wurde überschritten und mit der Fähre von Bodo zu den Lofoten übergesetzt. Nach der Fahrt durch eine beeindruckend schöne Landschaft ging es von der Inselwelt auf kleinen Strassen gen Süden. Nach dreiwöchiger Reise und 8500 km kamen die Biker zurück nach Wolfhagen.

Friedrich Küthe
Liebenau-Haueda
Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 15.4. / 20:00 - 22:15
5 €

Foto: Lupo/pixelio.de

Europa - Jetzt reden wir!

Europa ist all gegenwärtig – EU-Richtlinien bestimmen unseren Alltag, Finanzschwierigkeiten der Mitgliedsländer sind Tagesthema. Aber was macht eigentlich Europa wirklich aus? Ist das nur der Euro und sind es teilweise unverständliche EU-Bestimmungen? Was bringt jeder und jedem von uns Europa wirklich? Und wie sieht unsere Vision eines Europas aus? Das und vieles mehr wollen wir am 7. Mai mit Ihnen rund um den Europatag diskutieren. Wir führen den Europadialog unter dem Motto „Mach den Mund auf zu Europa" und laden Sie herzlich ein vor Ort mit einander ins Gespräch zu kommen.
Dieser Europadialog ist eine Fortsetzung des schon einmal durchgeführten Bürgerdialogs und wird in Form eines World-Cafés durchgeführt - lassen Sie sich überraschen.

K1759
Katharina Seewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Di. 7.5. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 6.5.
gebührenfrei

Kultur

Ansprechpartner/-innen

Literatur Lesungen Kunst	Dr. Klaus-Peter Lorenz, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2220 dr.-klaus-peter-lorenz@landkreiskas-sel.de Regina Piller Tel. 05671-80012222 regina-piller@landkreiskassel.de
Literatur Kunst Künstlerische Techniken	Barbara Benedix, Kassel Tel. 0561-1003 1686 barbara-benedix@landkreiskassel.de Jörg Stange, Wolfhagen Tel. 05692-987 3189 joerg-stange@landkreiskassel.de
Theater Musik Tanz Aktuell	Achim Rache, Kassel Tel. 0561-1003 1685 achim-rache@landkreiskassel.de Christina Prell, Kassel Tel. 0561-1003 1691 christina-prell@landkreiskassel.de
Standard- und Latein-amerikanische Tänze Internationaler Volkstanz Künstlerische Techniken	Jörg Bollerhey, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2231 joerg-bollerhey@landkreiskassel.de

Kreativität und Kommunikation - Schlüsselqualifikationen für morgen

Fantasievolle und eigenwillige Problemlösungen für den Alltag sind immer mehr gefragt. Was liegt da näher, als das eigene kreative Potenzial zu entdecken und zu entfalten?
Wir als Volkshochschule schaffen Raum für die Auseinandersetzung mit kulturellen und gesellschaftlichen Entwicklungen.
Als Ort der Anleitung zur Förderung von Kreativität, Kommunikation und Gestaltungsfähigkeit öffnen wir Wege zu persönlichen Ausdrucksmöglichkeiten.
Wir laden Sie ein, sich mit allen Sinnen auf das Leben einzulassen, zu singen, zu tanzen, zu spielen, zu experimentieren mit Farbe, Ton, Holz, Metall, Stein, Textilien, Texten oder neuen Medien und gemeinsam Spaß zu haben. Stark ausgebaut und differenziert haben wir unsere Angebote im Bereich der digitalen Fotografie. Spannende Angebote aus Stadt und Landkreis warten auf Sie. Für Beratungen stehen wir jederzeit zur Verfügung.

Literatur

Lesungen

mit freundlicher Unterstützung

Kelten - Herrscher der Eisenzeit

Lesung mit Ralph Hauptmann

Handelsherren, Krieger und Druiden: Sie sind geheimnisumwittert wie kaum ein anderes europäisches Volk: die Kelten. Von ihren antiken Nachbarn wurden sie erst als geschäftstüchtige Händler und Kunsthandwerker geschätzt, später als Barbaren gefürchtet. Ihren Priestern und Druiden wurden Weisheit und magische Fähigkeiten zugesprochen.
Vor mehr als 2000 Jahren waren keltische Stämme die bedeutendsten Bewohner des nordalpinen europäischen Kontinents. Von Irland bis in die Türkei haben sie ihre Spuren hinterlassen. Kostbare Fundstücke, kunstvoll verzierte Schwerter, Bronzestatuen und Goldschmuck aus Grabungsorten wie der Heuneburg, La Tène oder Hallstatt geben uns ein Bild vom Reichtum keltischer Herrscher. Mythen ranken sich um sie: Mystische Kultplätze mit magischen Steinformationen und keltische Sagenwelten wie die von König Artus. Was davon ist wirklich keltisch? Ralph Hauptmann schildert fesselnd Aufstieg und Untergang der Kelten - Geschichte hautnah und spannend!

Ralph Hauptmann
Baunatal-Altenbauna
Buchhandlung Eulenspiegel
Fr. 1.2. / 18:30 - 20:15
6 €

Der Kontrabaß

Ein-Personen-Stück mit Franz Josef Strohmeier nach Patrick Süskinds Roman

Patrick Süskind schrieb sein Solo für einen Schauspieler: einfühlsam, bitterkomisch und voller Esprit.
„Können Sie mir sagen, wieso ein Mann Mitte Dreißig, nämlich ich, mit einem Instrument zusammenlebt, das ihn permanent behindert? Menschlich, gesellschaftlich, verkehrstechnisch, sexuell und musikalisch nur behindert? Ihm ein Kainsmal aufdrückt?"
So erzählt der Protagonist des Stückes vom Leben mit dem größten und unhandlichsten aller Instrumente, von seinen Nöten und Träumen, von seinem Minderwertigkeitsgefühl und von seiner heimlichen Liebe zu einer Sopranistin.
Seine nörgelnde Unzufriedenheit, seine scharfzüngige Kritik an denen, die „schuld" sind an seiner Situation, und seine Selbstgefälligkeit offenbaren die Abgründe des Künstlerdaseins.

Franz Josef Strohmeier
Zierenberg
Rathaus, Marktplatz
Sa. 23.2. / 19:30 - 21:45
10 €

Robert Löhr liest: Das Erlkönig-Manöver

Geheimrat Johann Wolfgang von Goethe hat mit einigem gerechnet, als er an einem Februarmorgen 1805 ins herzogliche Schloss gerufen wird. Hätte er geahnt, dass Fürst Karl August ihn dazu ausersehen hat, Napoleon zu stürzen, wäre er wohl lieber zu Hause geblieben. Stattdessen befindet er sich wenig später in Begleitung seines Freundes Friedrich Schiller und des reiseerfahrenen Alexander von Humboldt auf dem Weg ins französisch besetzte Mainz, um den wahren König von Frankreich zu befreien. Doch der Auftrag ist weitaus vertrackter als erwartet.

Robert Löhr
Zierenberg
Rathaus, Marktplatz
So. 14.4. / 17:00 - 19:15
10 €

Blasmusik-Pop

Lesung

Gegen die Engstirnigkeit und den unreflektierten Traditionssinn der Bewohner des abgeschiedenen alpenländischen Bergdorfes St. Peter am Anger hegt Johannes A. Irrwein seit frühester Kindheit eine starke Abneigung. Bildungshungrig und aufgeweckt wie er ist, sehnt er sich nach jener aufgeklärten, zivilisierten Welt, die er hinter den Alpenmassiven vermutet. Als der Musterschüler jedoch unerwartet durch die Matura fällt, beginnt er, sich mit seinem Dorf auseinanderzusetzen. Seinem Lieblingsautor Herodot nacheifernd macht er sich daran, die Chroniken seines Dorfes zu verfassen. Ein 14,8 Meter langer Fischbandwurm, eine Seifenkiste mit Kurs auf den Mond, ein ungeahnt attraktiver Mönch im Jaguar, eine schwangere Dorfprinzessin, eine altphilologische Geheimgesellschaft, eine nordic-walkende Mütterrunde, ein Jungfußballer mit Herz, eine sinistre Verschwörung der Dorfältesten sowie poppige Blasmusik gehören zum unvergesslichen Mikrokosmos dieses Romans.

Vea Kaiser
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 2.2. / 19:00 - 21:00
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
10 €

Momo

Figurentheater "Theater der Nacht", Northeim

Theaterbesuch in Südniedersachsen: Zeitdiebe wollen die Menschen dazu bringen, Zeit zu sparen. Aber Zeit kann man nicht sparen wie Geld. Je mehr man versucht, Zeit zu sparen, desto "kürzer" werden die Tage und Wochen. so hinterfragt Michael Ende unseren Umgang mit Zeit und Geld. Er setzt gegen die grauen Herren das Mädchen Momo, die Schildkröte und Meister Hora, den geheimnisvollen Verwalter der Zeit.

Heiko Brockhausen, Dr. Klaus-Peter Lorenz
Northeim
Theater der Nacht, Obere Str. 1
Do. 21.3. / 17:40 - 22:45
Busreise ab Zierenberg Rathaus, Baunatal-Altenbauna Stadtmitte, Kassel Straßenbahnhaltestelle Druseltal. Reisebegleitung, Eintritt.
Anmeldeschluss 1.3.
45 €

Roger Willemsen: Momentum

Im Zelt - open air

Lesung

Ein Leben ganz aus seinen Momenten zusammen gesetzt: Augenblicke von stimmungshafter Intensität stehen neben bemerkenswerten Situationen, Dialoge neben Natur oder Kunstbetrachtungen, Gefahrenmomente neben Augenblicken der Liebe.
Was sie eint, ist allein die Prägnanz, mit der sie sich im Gedächtnis erhalten haben. Sind sie das Glück?
Roger Willemsen erhielt unter anderem den Bayerischen Fernsehpreis und den Adolf-Grimme-Preis in Gold, für seine Bücher den Rinke- und den Julius-Campe-Preis, zuletzt den Prix Pantheon-Sonderpreis. Heute steht er mit Soloprogrammen oder gemeinsam mit Dieter Hildebrandt auf der Bühne. Sein Werk ›Der Knacks‹ wurde von Jan Müller-Wieland vertont, sein Film über den Jazzpianisten Michel Petrucciani in vielen Ländern gezeigt. Willemsen ist Schirmherr des Afghanischen Frauenvereins und Honorarprofessor für Literaturwissenschaft an der Humboldt-Universität in Berlin.

Roger Willemsen
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 11.5. / 19:00 - 20:15
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
14 €

Männer brauchen Grenzen

Tina Teubner mit Kabarett und Musik, begleitet von Ben Süverkrüp

Tina Teubner, ausgezeichnet mit dem Deutschen Kleinkunstpreis und Deutschen Kabarettpreis, ist die Kernkompetenz auf dem Gebiet des autoritären Liebesliedes, lebt in Köln als alleinerziehende Ehefrau. Gestählt durch zahllose Ehejahre weiß sie, dass nur eine entschiedene Hand zum Glück führt: Warum soll das, was für die Kinder gut ist, nicht auch für

den Mann gut sein? Mit ihrer rasiermesserscharfen Intelligenz, ihrem unwiderstehlichen Humor und ihrer weltumfassenden Herzenswärme tackert sie dem Publikum ihre Merksätze in Hirn, Herz und Gehörgang. Weil Tina Teubner von Geburt an die Grenzüberschreitung praktiziert, wird es zwischendurch grenzenlos wehmütig. Grenzenlos albern. Aber immer grenzenlos mitreißend:
„Tina Teubner war, ist und bleibt die aufregendste, nachhaltigste und unterhaltsamste Frau der deutschen Kleinkunstszene." (HSA)
Und weil Tina Teubner ein Extramensch ist, sind ihre Abende voll von Extramenschlichkeit.

Tina Teubner, Ben Süverkrüp
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
So. 12.5. / 19:00 - 21:15
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
14 €

Wie ein Schatten sind unsere Tage

Inge Geiler liest

In einer Wandverkleidung hinter der Heizung ihres Wohnzimmers fand Inge Geiler eines Tages ein Bündel Papiere: lose Zettel, Fotografien, Zeitungen, Postkarten und Briefe, gerichtet an ein Ehepaar, das zu Beginn der vierziger Jahre des vorigen Jahrhunderts in diesem Zimmer gewohnt hatte. Meier und Elise Grünbaum, aus Wiesbaden kommend, waren in ein jüdisches Altersheim nach Frankfurt gezogen. Von dort aus mieteten sie ein Zimmer in der jüdischen Pension Nussbaum, wo sie bis zur Deportation nach Theresienstadt lebten.

Erst Jahre später fand Inge Geiler die Zeit, den Spuren ihrer »Gäste« zu folgen. Sie recherchierte auf Standes- und Einwohnermeldeämtern, suchte in Geburts- und Sterberegistern und setzte Stück für Stück das Bild einer großen Familie zusammen, die die Zeitläufte auseinandergerissen hatten. Eingebettet in die Geschichte des 19. und 20. Jahrhunderts, erzählt Inge Geiler in berührender Weise die Geschichte der Familie Grünbaum: von ihren Ursprüngen in Geisa und Forchheim bis in die USA.

Inge Geiler
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 8.6. / 19:00 - 21:15
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
8 €

Locke und die Zickengang

Uli Potofski liest

Patrick Schubert, genannt Locke, spielt für sein Leben gerne Fußball und er ist schon als Jugendspieler sehr erfolgreich. So erlebt er viele interessante Dinge, lernt fremde Menschen kennen und übersteht aufregende Abenteuer. Locke ist Spieler in einem Fußballverein im Ruhrgebiet, mittlerweile auch Jugendnationalspieler. Sein bester Freund ist Matz, ein türkischer Junge. Beide machen Musik in der Band THE NEW KICKING DEVILS.

Uli Potofski
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Fr. 22.2. / 9:30 - 11:15
4 €

Schwein gehabt!

Lesung und Spaß - mit musikalischer Begleitung

Lesung

Geschichten rund um das Schwein, für große und kleine Menschen! Eine Lesung mit Quiz und Musik, bei schönem Wetter im Museumsgarten.

Andrea Appel
Trendelburg-Wülmersen
LandMuseum Wülmersen
So. 16.6. / 15:00 - 16:30
Der Eintritt setzt sich zusammen aus 2 € Museumseintritt und 3 € für die Lesung.
Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre frei!
5 €

Bartsch. Kindermörder

Ein-Personen-Stück mit Franz Josef Strohmeier nach einem Monolog von Oliver Reese

Zwischen 1968 bis zu seinem Tod hat Jürgen Bartsch aus dem Gefängnis Briefe an den amerikanischen Journalisten Paul Moor geschrieben. Moor lebte in Berlin und machte ein Buch aus den Unterlagen. Auf diesen basiert der Monolog, den Oliver Reese verfasst hat. Die Uraufführung fand1992 statt.
Jürgen Bartsch lässt sein Leben Revue passieren. Er berichtet kühl und distanziert über seine Jugend, über das Erwachen der Bedürfnisse und Begierden. J. Bartsch berichtet wortgewandt und manches ist ihm peinlich, worüber er redet. Der Monolog gewährt beunruhigende Einblicke in seine Psyche, der Psyche eines kranken Menschen, der darzustellen vermag, was er getan hat, wodurch er dazu getrieben wurde und wie er zwischen Lust und Entsetzen hin- und hergerissen wurde.
Es wird kein Monster dargestellt. Das Rätsel, das Jürgen Bartsch umgab, bleibt ungelöst.

Franz Josef Strohmeier
Zierenberg
Rathaus, Marktplatz
So. 17.11. / 19:30 - 21:15
10 €

Leipziger Buchmesse

Fachlich begleitete Tagesreise mit der Bahn

Leipzig ist anders - als Frankfurt. Die Leipziger Buchmesse hat ihren eigenen Charme, mit vielen Lesungen an den Ständen von Verlagen und Radio- und Fernsehstationen. Da gibt es (nicht nur) einen Buchpreis, Literatur besonders auch aus Osteuropa, feine Fotobücher und Comics, Hörbücher und schöne Kalender. Alles nicht überkomplex, überschaubar und noch kommunikativ. Dabei von der Bahn nur ein paar hundert Meter entfernt, und von Kassel auch gut erreichbar. Anreise ebenfalls in einer „überschaubaren" Gruppe - erkundet werden kann die Messe aber selbstverständlich eigenen Interessen folgend.

K2050
Hildegard von Campe
Leipzig
Leipziger Messe
Sa. 16.3. / 6:00 - 20:15
Anmeldeschluss 1.3.
34 €

Lesen bereichert das Leben

Anregungen für den Lesespaß

„ Lesen, indes der weiße Flügelschlag der Zeit uns streift,ist das nicht Seligkeit?" Ezra Pound An fünf Frühlingsabenden werden Bücher für jeden Lesegeschmack vorgestellt: Krimis, anspruchsvolle Literatur, Liebes- und Abenteuerromane, Sachbücher. Kurze Leseproben runden den Eindruck ab. Leseanregungen werden gegeben, aber es müssen keine bestimmten Texte gelesen werden. So ergibt sich immer wieder ein Austausch über Gelesenes, der Spaß macht, häufig amüsant ist.

K2052
Annegret Becker
Zierenberg-Oberelsungen
Bücherei, Nothfelder Str. 17
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 5 Termine
Monatliche Termine nach Absprache!
Anmeldeschluss 7.2.
25 €

K2053
Annegret Becker
Vellmar-Obervellmar
Stadtbücherei, Mittelring 24
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 5 Termine
Monatliche Termine nach Absprache
Anmeldeschluss 8.2.
25 €

K2054
Annegret Becker
Espenau-Mönchehof
Grundschule, Goethestr. 9
Mi. 20.2. / 19:30 - 21:00 / 5 Termine
Monatliche Termine nach Absprache
Anmeldeschluss 14.2.
25 €

Kasseler Literarisches Café: Romane des 20. Jahrhunderts:

Ein kurzer Vortrag von ca. 30 Minuten und eine kleine Auswahl an Textstellen sollen eine erste Orientierung schaffen, danach gibt es ausgiebig Gelegenheit zur Diskussion. Das Angebot richtet sich an alle, die Interesse an Literatur haben, gerne den unterschiedlichen Sinnangeboten der gelesenen Texte nachspüren und sich auf gemeinsame Diskussionen einlassen wollen. Die unten angegebenen Texte sollten vor Beginn der Veranstaltung gelesen sein.

Heinrich Mann, Der Untertan

Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 21.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Franz Kafka, Der Proceß

Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 20.6. / 20:00 - 21:30
5 €

Hermann Hesse, Der Steppenwolf

Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 4.7. / 20:00 - 21:30
5 €

Zeitgenössische Novellen

Christop Hein: Drachenblut, Martin Walser: Ein fliehendes Pferd und Uwe Timm: Die Entdeckung der Currywurst. (Alle sind als Taschenbücher verfügbar.)

K2080
Dr. Gertrude Betz
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 25.2. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 18.2.
50 €

Leben lesen

Autobiographie, Biographie bzw. Erzählung mit biographischen Anteilen: Viele Veröffentlichungen dieser Literaturgattung sind 2012 erschienen. Oftmals besteht dabei der Anspruch, anhand einzelner Personalgeschichten Aussagefähiges der jeweiligen Zeitatmosphäre dem Lesepublikum nahezubringen. Die Buch-Zusammenstellungen in den beiden Kursen orientieren sich daran, dass Leben zum einen ausschnittartig bzw. über die Spanne hin vorgestellt wird. Zum anderen vergleichbare historische Zeitabschnitte in vollkommen subjektiv-emotionaler Weise bearbeitet wurden.
Die Kursangebote bieten die Gelegenheit zur Lektüre von Leben. Fremde und eigene Erfahrungen von Geschichte wahrnehmen, Atmosphären, Bilder, Sprache und Themen in Geschichten der Weltgeschichte ab 1913 sind Grundlage der Kurse. Indem wir Leben so lesen, wird aus biografischen Ansätzen Weltgeschichte sichtbar.

Leben lesen I

Die Erzählung „Granatsplitter" schrieb Bohrer aus der Sicht eines Kindes, „weil ich auf diese Weise jede Form von politischer Correctness oder Moralisierung vermeiden wollte". Denn, was sich Mitte der vierziger Jahre in Deutschland abspielte, war ein Bruch aller humanen Gesittung. Und nach dem Krieg war nichts mehr wie zuvor.Ein sprachlich und auch von der Wirkung her völlig anders gelagerter Text ist Elsners „Fliegeralarm". Auch er handelt vom Leben in einem bizarren Märchen aus kindlicher Sicht. Bei „Fliegeralarm" handelt es sich allerdings um einen der radikalsten, formal konsequentesten Romane der letzten Jahrzehnte, der seiner Zeit weit voraus war. Gisela Elsner: Fliegeralarm, ISBN: 978-3-940426-23-9. Karl Heinz Bohrer: Granatsplitter. Erzählung einer Jugend. München 2012

K2081
Angela Makowski
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 12 Termine
60 €

Leben lesen II

Ilies fasziniert die ungeheuerliche Zusammenballung vielfältigster Gleichzeitigkeiten von Ungleichem. In den Bereichen Literatur, Bildende Kunst, Politik und Ökonomie schildert er, ohne den anschließenden Horror der Jahre 1914-18 einfließen zu lassen. Krechel verhandelt das Leben von Kornitzer, einem jüdischen Deutschen, und dessen Familie von der Weimarer Republik bis in das Nachkriegsdeutschland. Kornitzer erscheint sein Leben, gerettet vor den Nazis und nach dem Krieg in Deutschland beruflich sehr erfolgreich als Senatspräsident, letztlich doch erfolglos. Gerechtigkeit konnte er im Nachkriegsdeutschland nicht durchsetzen. Ursula Krechel: Landgericht., Salzburg 2012, Florian Illies: 1913. Der Sommer des Jahrhunderts., Frankfurt/M. 2012

K2082
Angela Makowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 28.3.
60 €

Leben lesen III

„Andere haben es noch viel schlimmer gehabt als wir."

Tagesseminar

„Andere haben es noch viel schlimmer gehabt als wir." So wurde eine ganze Generation geprägt: Man funktionierte, baute auf, fragte wenig, jammerte nie, wollte vom Krieg nichts hören - und man konnte kein Brot wegwerfen. Das ist die Ausgangslage für Sabine Bode. In ihrem Buch stellt sie weitere konkrete Erlebnisse und Erfahrungen auf eine Weise vor, die sehr entlastend wirken kann. Während eines ganztägigen Seminars bestehen Möglichkeiten, zu lesen und zu bedenken. Sabine Bode: „Die vergessene Generation - Die Kriegskinder brechen ihr Schweigen", Klett Cotta Vlg., ca. 304 S.

K2083
Angela Makowski
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Sa. 9.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 1.3.
30 €

Franz Kafka: Erzählungen und Biografie

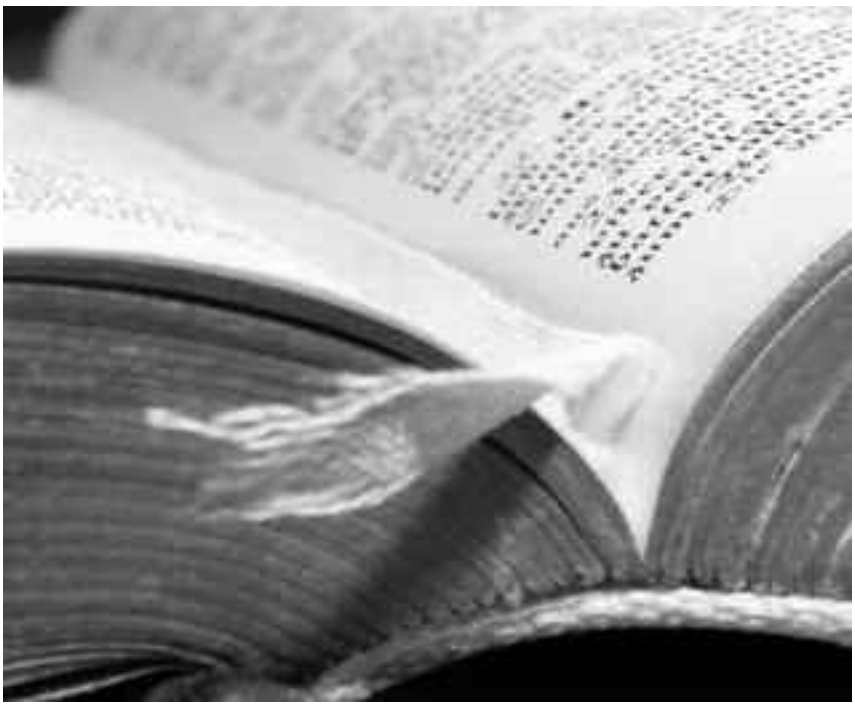
Franz Kafka ist einer der bedeutenden Autoren der Weltliteratur im 20. Jahrhundert. Er ist weiterhin aktuell, weil er zentrale gesellschaftliche und psychologische Sachverhalte und Fragen auch der Gegenwart in einer oft visionären Weise anspricht. Angesichts der Fülle sich oft widersprechender Interpretationen des Werks sollen die Texte und ihre Stilmerkmale gemeinsam erschlossen werden. Dies auch unter Berücksichtigung der Biografie Kafkas und seiner Tagebücher.

K2084
Prof. Dr. Lothar Döhn
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Literatur und gesellschaftliche Wirklichkeit

Ausgehend von Literaturbeispielen unterschiedlicher Art (erzählende, poetische u.a. Texte), werden gesellschaftlich relevante Themen und individuelle Erfahrungen diskutiert. Bei Bedarf und wenn möglich werden fachkundige Referentinnen und Referenten hinzugezogen. Die Themen werden zu Beginn gemeinsam geplant.

K2085
Dr. Herbert Rösler
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 20.2. / 9:30 - 11:00 / 9 Termine
45 €
Es können Kosten für Lektüre entstehen.



Alfred Döblin - Leben und Werk

Eine erste Einführung

Wochenendseminar

Noch immer ist A. Döblin in Deutschland ein unbekannter Schriftsteller, obwohl er ein sehr umfangreiches künstlerisches und politisches Werk hinterlassen und großen Einfluss auf das kulturelle Leben der Weimarer Republik gehabt hat. Dieser Kurs soll in das Leben und Werk dieses 1933 aus Deutschland vertriebenen Autors einführen und Interesse an seinem vielschichtigen Gesamtwerk wecken.

K2086
Hans-Peter Ziegler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Sa. 20.4. / 15:00 - 18:00
So. 21.4. / 11:00 - 14:00
Anmeldeschluss 8.4.
33 €

Die Nibelungen I

Mythos, Wirklichkeit und Wirkung

Der historische Hintergrund und die literarischen Quellen des Nibelungenstoffes, ausgehend vom Nibelungenlied.

K2088
Hans-Peter Ziegler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 18.2. / 16:45 - 18:15 / 5 Termine
25 €

Die Nibelungen II

Mythos, Wirklichkeit und Wirkung

Die Wirkungsgeschichte des Werkes bis zur Neuzeit.

K2089
Hans-Peter Ziegler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 15.4. / 16:45 - 18:15 / 3 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
15 €

Rainer Maria Rilke

Eine Einführung in sein lyrisches Schaffen

An ausgewählten lyrischen Werken dieses großen Dichters werden seine Lebens- und Weltentwürfe herausgearbeitet. Dabei wird auch das künstlerische Programm des „Impressionismus" deutlich und diese Epoche sowohl in literarischer als auch künstlerischer Hinsicht verständlich.
Die „Duineser Elegien" und die „Sonette an Orpheus" finden besondere Beachtung.

K2090
Hans-Peter Ziegler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Di. 7.5. / 10:00 - 11:30 / 6 Termine
Anmeldeschluss 26.4.
30 €

Schreibwerkstatt: Kreatives, literarisches Schreiben

Wie kann aus einer bloßen Schilderung von Erlebnissen, Erfahrungen etc. ein spannender Text werden? Wie erzeuge ich Spannung, wie einen Spannungsbogen?
Schwerpunkte des kreativen, literarischen Schreibens werden das Schreiben mit allen Sinnen sowie Perspektivwechsel und Verfremdungen, Dialoge und szenisches Schreiben sein. Konstruktive Kritik und die Möglichkeit der Überarbeitung gehören selbstverständlich auch dazu. Themenschwerpunkte werden gemeinsam abgesprochen.
Der Kurs umfasst 8 Wochensitzungen und zusätzlich einen ganztägigen Workshop an einem Samstag.

K2100
Workshoptermin am Sa. 16.3.2013, 10-17 Uhr
Geschlossene Gruppe! Derzeit keine Neuanmeldungen möglich.
Dr. Marlis Wilde-Stockmeyer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mi. 13.2. / 16:00 - 18:00 / 9 Termine
77 €

K2101
Workshoptermin am Sa. 9.3.2013, 10-17 Uhr
Dr. Marlis Wilde-Stockmeyer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mi. 13.2. / 14:00 - 16:00 / 9 Termine
77 €

„Spurensuche" II

Biografisches Schreiben für Frauen

Wochenendseminar

Eine Fortsetzung für die „fortgeschrittenen" Teilnehmerinnen der letzten Semester.

K2103
Angelika Reimer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Fr. 3.5. / 18:00 - 21:00
Sa. 4.5. / 10:00 - 17:00
So. 5.5. / 10:00 - 13:00
Anmeldeschluss 22.4.
85 €

Im Herzen der Toskana der eigenen Biografie nachspüren

Schreibkurs für Frauen

Auslandsseminar

Kompaktkurs

Dort, wo sich die Wiege der Renaissance befindet, wollen wir uns in einer kleinen Gruppe Frauen zum Schreiben inspirieren lassen. Dazu lädt die wunderschöne Villa Palagione zwischen Volterra und San Gimignano ein. Umgeben von leuchtenden Mohnwiesen und kühlen Zypressenhainen ist dieses ehemalige Jagdschloss aus dem 16. Jahrhundert ein idealer Ort für Muße, Inspiration und Kreativität. Täglich wollen wir 4 bis 5 Stunden (autobiografisch) schreiben, je nach Wetterlage mal drinnen, mal draußen und uns dabei auf Entdeckungsreise zu uns selbst begeben. Im Programm enthalten sind mehrere Ausflüge, z.B. in das mittelalterliche Kleinod San Gimignano mit seinen weithin sichtbaren Geschlechtertürmen. Auch Siena, der besterhaltenen gotischen Stadt in der sonst von der Renaissance geprägten Toskana, wird ein Besuch abgestattet. Ins 7 km entfernte Volterra, das mit kunstvollen Souvenirs und Skulpturen aus Alabaster lockt, können wir entweder wandern oder mit dem Kleinbus der Villa gelangen. Geschrieben wird auch jeweils dort, es bleiben aber noch genügend Zeit und Muße für einen Museumsbesuch, einen Bummel über den Markt, einen Cappuccino in der Sonne oder auch ein Glas Chianti in einer Osteria, bei dem man dann den Leuten beim Flanieren zuschauen kann.
Für diese Reise sind keine speziellen literarischen Kenntnisse oder Fähigkeiten notwendig, es reichen Neugier und Offenheit für die Methode. Die Kosten beinhalten Halbpension, Unterbringung im DZ, Seminarkosten, Ausflüge und Führung. Einzelzimmerzuschlag 172 €
Info zu Anreisemöglichkeiten werden Ihnen zugeschickt. (www.Villa-Palagione.org)

K2104
Angelika Reimer
Villa Palagione, Toskana
Sa. 8.6. - Sa. 15.6. / 18:00 - 13:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 28.2.
890 €
+ eigene Anreise und evtl. Eintritte

Schreiben heilt!

Kreatives Schreiben in problematischen Lebenssituationen

Schreiben kann für Menschen, die mit einer Erkrankung oder einer anderen Problematik leben, als zentrales Mittel erfahren werden, das Davor, das Jetzt und das Danach anzuschauen. Schreiben hilft zu reflektieren, sich neu zu orientieren und die jedem Menschen innewohnenden Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Schreiben ist ein Ventil, ist Sortierungshilfe, ist Trost. Kreatives Schreiben ist aber noch mehr: ist künstlerischer Selbstausdruck und Ermutigung, ist Spiel und Lust am Fabulieren.
Ein Jahreskurs mit zehn Abenden, an denen das Potenzial des Schreibens als Selbstheilungsinstrument praktisch ausgelotet werden kann: Übungen und Theorie, der Schwerpunkt liegt auf eigenem Tun und Experimentieren in einer kleinen Gruppe.

K2109
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Di. 19.2. / 18:30 - 21:30
Di. 19.3. / 18:30 - 21:30
Di. 16.4. / 18:30 - 21:30
Di. 21.5. / 18:30 - 21:30
Di. 25.6. / 18:30 - 21:30
Di. 27.8. / 18:30 - 21:30
Di. 17.9. / 18:30 - 21:30
Di. 15.10. / 18:30 - 21:30
Di. 19.11. / 18:30 - 21:30
Di. 17.12. / 18:30 - 21:30
10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 11.2.
100 €

Schreiben befreit!

Schreibwerkstatt für Frauen

Kreatives Schreiben, autobiografische Texte, Übungen zu literarischen Genres, freie Textarbeit, Methoden gegen Schreibblockaden, Projekte (Lesungen, Veröffentlichungen). Es geht um kreative Lust und erlernbares Handwerk. Weibliche Lebensgeschichten stehen im Mittelpunkt von Erzählungen, Gedichten, Märchen und anderem.

K2110
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Mo. 4.2. / 9:00 - 11:00 / 9 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 1.2.
62 €

K2111
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Mo. 4.2. / 14:30 - 16:30 / 9 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 1.2.
62 €

K2112
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Mi. 6.2. / 16:00 - 18:00 / 9 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 1.2.
62 €

K2113
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Mi. 6.2. / 19:00 - 21:00 / 9 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 1.2.
62 €

K2114
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Do. 7.2. / 9:00 - 11:00 / 9 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-926271
Anmeldeschluss 1.2.
62 €

Kreativ Tagebuch schreiben

Viele Menschen führen irgendwann in ihrem Leben ein Tagebuch, oft als Jugendliche, um das Erwachsenwerden schreibend zu verarbeiten. Geschrieben wird in einem kleinen Buch, das man abschließen kann und dann hinten im Kleiderschrank versteckt. Aber es gab in der Menschheitsgeschichte – und das gilt bis in die Gegenwart – viele Spielarten des Tagebuchs, z. B. solche, die den künstlerischen oder wissenschaftlichen Schaffensprozess begleiten, solche, die schon mit der Intention der späteren Veröffentlichung geschrieben werden, gereimte, illustrierte oder in Dialogform verfasste. Mit der Schreibpädagogin Kirsten Alers können verschiedene Spielarten und beispielhafte ‚MeisterInnen' wahrgenommen werden, um das Potenzial einiger Spielarten schließlich schreibend selbst auszuloten. Der Schwerpunkt liegt auf der eigenen Schreibpraxis.Teilnehmen können praktizierende TagebuchschreiberInnen ebenso wie Menschen, die immer schon mal Tagebuch schreiben wollten.

K2115
Kirsten Alers
Kaufungen-Niederkaufungen
Haus Wortwechsel, Raiffeisenstr. 15
Do. 14.2. / 19:00 - 21:15
Do. 28.2. / 19:00 - 21:15
Do. 7.3. / 19:00 - 21:15
Do. 18.4. / 19:00 - 21:15
Do. 2.5. / 19:00 - 21:15
Do. 16.5. / 19:00 - 21:15
6 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
45 €

Geschichten sind überall

Schreibwerkstatt am Vormittag

Bei einer Schreibwerkstatt gehen wir mit Worten um wie mit einem formbaren Material. Wir flechten Gedanken, wir weben Gedichte, wir machen Stimmung und Spannung mit Satzformen und lassen einfließen, was uns anfliegt. „Thema verfehlt ¨ gibt es nicht." Denn es kommt raus, was raus will und Geschichten sind überall. Zum Lockern des Schreibflusses gibt es Übungen und Schreibspiele. Den zündenden Funken für den ersten Satz bringen Sie mit oder Sie lassen sich vor Ort inspirieren. So können Gedichte, Erzählungen, Kurzgeschichten, Briefe, Märchen und experimentelle Texte entstehen. Die Texte korrigieren sich beim gegenseitigen Vorlesen von selbst. Eine Lesung am Ende des Kurses bringt eine Auswahl der Texte öffentlich zu Gehör.

K2116
Annette Zimmermann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Do. 14.2. / 9:15 - 12:00 / 8 Termine
Beratung durch die Kursleiterin: 0176-78308004
Anmeldeschluss 7.2.
90 €

Dr. Lothar Schöne ist Autor von Romanen („Das jüdische Begräbnis¨), Erzählungen („Friedmann kommt immer¨) und Sachbüchern. Er arbeitet für Zeitungen, wurde mehrfach mit Literaturpreisen ausgezeichnet und unterrichtet an Hochschulen das Fach Kreatives Schreiben.
www.lothar-schoene.de

Wie man professionell und bestsellerverdächtig schreibt

Aufbaukurs Prosa

Wochenendseminar

Verfassen Sie Sachtexte oder Zeitungsartikel? Planen Sie gerade ein eigenes Schreib-Projekt - ob Krimi, Roman oder Sachbuch? Wollen Sie Ihre stilistische Sicherheit aus beruflicher Notwendigkeit verbessern?
In diesem Wochenend-Seminar beschäftigen wir uns u.a. mit folgenden Themen:
- Die Bedürfnisse des Lesers
- Von der Idee zur Geschichte
- Anfänge und andere Probleme
- Wie stelle ich Spannung her?
- Rhythmus, Witz, Humor und andere Adrenalinstöße

Die Teilnehmenden können ein eigenes Projekt vorstellen. Wir beschäftigen uns mit dem aktuellen Buchmarkt und der Frage, wie Ihr Manuskript einen Verlag findet. - Dieses Aufbau-Seminar erfordert nicht den vorherigen Besuch des Basisseminars.

K2127
Dr. Lothar Schöne
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Sa. 9.3. / 13:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 18:00
2 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
100 €

Rosa Roth trifft Bella Block - Basiskurs

Kreative Wege zum professionellen Drehbuchschreiben

Wochenendseminar

Gute Drehbuchautoren sind sehr gefragt und werden entsprechend bezahlt. In diesem Seminar eignen Sie sich das Handwerkszeug des Drehbuchautors an, Sie erfahren, wie man eine zündende Filmidee findet, sie als Ideenskizze formuliert und in ein Exposé überführt. Sie lernen die einzelnen Schritte der Drehbuchentwicklung kennen und verstehen, was es heißt, dramaturgisch zu denken - nicht per Theorie, sondern mittels Übungen.
Wir beschäftigen uns mit den Themen Konfliktzeichnung, Figurenentwicklung, Dramaturgie bis hin zu der Frage, wie ich einen Produzenten für meine Filmidee finde. Sie werden dabei einerseits kreativ tätig sein, andererseits als Skript-Doktoren fungieren. Bitte Schreibzeug mitbringen.

K2128
Dr. Lothar Schöne
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Sa. 13.4. / 13:00 - 18:00
So. 14.4. / 10:00 - 18:00
2 Termine
Anmeldeschluss 1.4.
100 €

Erzähl einmal...

Geschichten finden, erfinden, erzählen und zum Leben erwecken

Wochenendseminar

Geschichten gibt es viele, jede/r kennt welche und jede/r von uns hat eine zu erzählen. In der Erzählwerkstatt werden wir bestehende Märchen und Geschichten zum Leben erwecken, erlebte Geschichten erzählen und welche erfinden. Mit kreativen Elementen werden wir an den Geschichten, an unserer Mimik und Gestik arbeiten und Bilder in unseren und den Köpfen unserer Zuhörer schaffen. Die Erzählwerkstatt gibt Raum zum Erzählen und Zuhören, um sich und die verschieden Arten des Erzählens aus zu probieren - denn Erzählkunst ist Kino im Kopf und Theater im Ohr. Das Seminar richtet sich an alle, die das freie Erzählen in ihrem Beruf und Alltag integrieren wollen oder einfach nur gerne erzählen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2129
Kirsten Stein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
90 €

Kurze Geschichten schreiben

Wochenendseminar

„Nimmt man sie wirklich ernst, dann wird die Kurzgeschichte - das ist meine Meinung - zur schwierigsten aller Prosaformen, denn keine andere verlangt vom Autor soviel Disziplin." - Truman Capote
Kurzgeschichten, Short Storys und Erzählungen können der Einstieg in das belletristische Schreiben sein. Nahezu täglich werden neue Wettbewerbe ausgeschrieben, die Kurzformen der Prosa suchen.Wie verwandelt man eine Idee in eine gelungene Kurzgeschichte? Wie erschafft man mit einer begrenzten Anzahl von Worten eine farbige Welt, mitreißende Charaktere und einen fesselnden Plot?
Das Seminar vermittelt am ersten Tag das Handwerkszeug für das Schreiben von Kurzgeschichten. Setting, Figuren, Erzählperspektive und Spannungsbögen sind die wichtigsten Stichworte. Ergänzend stellt die Dozentin Ausschreibungen vor, für die Sie Texte schreiben können. Am zweiten Tag des Blockseminars steht die Arbeit an eigenen Texten der Teilnehmer/innen im Mittelpunkt. Ziel ist es, dass Sie am Ende des Kurses eine wettbewerbsreife Geschichte haben.

K2130
Dr. Christiane Lindecke
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Sa. 9.3. / 10:00 - 17:00
Sa. 23.3. / 10:00 - 17:00
2 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
90 €

Historische Romane schreiben

Wie viel Recherche ist genug?

Wochenendseminar

Kaum ein Genre war in den letzten Jahren so erfolgreich wie der Historische Roman. Bücher von Iny Lorentz, Ken Follett oder Sabine Ebert finden sich regelmäßig auf den Bestsellerlisten. Historische Romane sind in erster Linie Romane und müssen daher über lebendige Charaktere, einen Spannungsbogen und eine glaubwürdige Geschichte verfügen. Das Besondere am Historischen Roman ist allerdings dessen Setting, das Herausforderungen an Autorinnen und Autoren stellt. Wie viel Recherche muss sein? Wie vermittelt man Hintergrundwissen, ohne in den berüchtigten Info-Dump zu verfallen? Muss man mittelhochdeutsch schreiben, um glaubwürdig zu sein?Diesen und weiteren Fragen rund um den Historischen Roman nähert sich das Blockseminar mit Beispielen aus der Literatur, aber auch eigenen Texten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.Der erste Seminartag beschäftigt sich mit dem Genre Historischer Roman; am zweiten Tag stehen Texte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie die Frage, wie man einen Verlag für das eigene Manuskript finden kann, im Mittelpunkt.

K2131
Dr. Christiane Lindecke
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Sa. 20.4. / 10:00 - 17:00
Sa. 27.4. / 10:00 - 17:00
2 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
90 €
Materialkosten: 5 € an die Kursleiterin

Dr. Christiane Lindecke, Sozialwissenschaftlerin, hat als Chris Lind eine Vielzahl von Kurzgeschichten, einige darunter preisgekrönt, veröffentlicht; war Sprecherin von Quo Vadis, Autorenkreis historischer Romane. Unter weiteren Pseudonymen schreibt sie Romane für den Rowohlt Verlag, Thienemann und Droemer Knaur.

Den Gipfel erdichten, den See erschreiben

Die reisende Schreibwerkstatt unter dem Watzmann und am Königssee

Exkursion

In enge Täler und in luftige Höhen sich schreiben, Erlebnisse aus dem Außen ins Innen nehmen, Inneres am Außen spiegeln. Die Imposanz der Gebirgslandschaft schenkt der Fantasie weiten Raum, das geschichtsträchtige Berchtesgaden ist zu erforschen, der Wald, der See bieten sinnliche Inspiration. Schreib-Experimente draußen und drinnen, autobiografische Texte, Übungen zu literarischen Genres und freie Textarbeit stehen auf dem Programm der reisenden Schreibwerkstatt.

Einen guten Vorgeschmack vermittelt die Homepage: www.koenigssee.com/watzmann.

L2110
Kirsten Alers
Schönau am Königssee
Haus Panorama, Panoramaweg 7
Mo. 28.10. / 10:00 - 17:00 / 8 Termine
Kostenloser Infoabend am Montag, 6. Mai, 19 Uhr, Kaufungen-Niederkaufungen, Haus Wortwechsel.
Anmeldeschluss 27.6.
645 €
inkl. Anreise ab Kassel mit der DB, Ü/DZ mit DU/WC, Verpflegung
+ EZ-Zuschlag 50 €

grimm + eigen:sinn

GRIMM 2013 im Kulturhaus „Dock 4" in Kassel 20. – 26.05.

Am 20. Dezember 1812 erschien die erste Ausgabe der Grimmschen "Kinder- und Hausmärchen". Das 200. Jubiläum wird unter dem Titel GRIMM 2013 noch bis Ende September gefeiert und rückt das Wirken der Brüder Grimm neu in den Blick. Kasseler Produzenten und internationale Gäste laden ein zu einer großen Themenwoche.

Pfingstmontag 20.05.: Vorhang auf

17.30 Uhr **Präsentation des Tanzworkshops** vom 18. – 20. Mai
Henß & Kaiser

18.30 Uhr **Eröffnung der Grimm-Woche**
Ausstellungseröffnungen: Skulpturen „Die Kasseler Stadtmusikanten" sowie Fotoausstellung „Schneewittchen und die mindestens 7 Zwerge"

19.30 Uhr **Am Anfang war das A**
Eine temperamentvolle Reise durch den Buchstaben „A" im Deutschen Wörterbuch von Jacob und Wilhelm Grimm.
Friedrich Block, Jochen Knjewski, Olaf Pyras, Sabine Wackernagel, Christine Weghoff.

Di 21.05.: In alten und in neuen Zeiten

10 und 15 Uhr **Schneewittchen**
Das bekannte Märchen erfrischend neu erzählt. Ab 5 Jahren.
theater 3 hasen oben

10 und 17 Uhr **Hans im Glück** (Premiere)
Ein Zimmermannsgeselle berichtet von seinem Leben. Vor allem aber von Hans. Ab 5 Jahren.
Theater Kleine Welten

20 Uhr **Der Zeitkönig** (Uraufführung)
Performance zum „Hildebrandslied" aus dem 9. Jh. für Sprecher, Instrumente, Steine, und Projektion.
Creatafera

Mi 22.05.: Auf und davon

10 und 17 Uhr **Von einem der auszog, das Fürchten zu lernen** (Premiere)
Berührendes Kindertheater, das Mut macht. Ab 5 Jahren.
Spielraum-Theater

10 und 15 Uhr **Bremer Stadtmusikanten**
Es geht noch was, wenn nichts mehr geht. Es weht ein neuer, ein frischer Wind. Ab 5 Jahren.
Theater LAKU PAKA

10 Uhr **Ludwig Emil Grimm: Die Comic-Rollen**
Die Illustrationen des Grimm-Bruders als Ausgangspunkt einer kabarettistisch-musikalischen Schilderung hessischen Alltagslebens im 19. Jh.
Karl Garff, Herwig Lucas, Jegor Vysotzky

Do 23.05.: Stroh zu Gold

10 und 15 Uhr **Rumpelstilzchen**
Studenten der Elementaren Musikpädagogik erzählen das Märchen mit eingängigen Liedern und Mitmachaktionen.
Ab 4 Jahren.
Musikakademie Kassel

10 Uhr **Ratz Pfeifer**
Die Geschichte von Ratz Pfeifer, der einzigen Ratte, die dem Rattenfänger entkam. Ab 4 Jahren.
Figurentheater Albert Völkl

17 Uhr **Frau Holle**
Das Märchen von Goldmarie und Pechmarie. Aber nicht alles kommt so, wie man es erwartet. Ab 5 Jahren. Deutsch-russische Sprachfassung.
Theater Tatyana Khodorenko

20 Uhr **Ich war Schneewittchens Stiefmutter**
Die Märchen der Brüder Grimm aus Sicht ihrer Frauengestalten.
Sabine Wackernagel

Fr 24.05.: Vom Wege ab

10 und 17 Uhr **Rotkäppchen**
Aus einem großen Klumpen Lehm entwickelt sich das Märchen. Ab 4 Jahren.
Theater Kleine Welten

15 Uhr **Grimmskrams**
Getanzter Bilderreigen über die Märchenmotive der Brüder Grimm. Ab 5 Jahren.
Henß & Kaiser | tanzen schräg

19 Uhr **Eine Froschkönigin**
Ein mobiles, überraschendes Märchen mit Frosch und Prinzessin und einem Puggio Ape. Ab 10 Jahren.
Aktionstheater Kassel

20 Uhr **Querköpfe**
Neues von den Brüdern Grimm in einer szenischen Lesung.
Spielraum-Theater

Sa 25.05.: Grimm & Klang

11 und 16 Uhr **Hänsel und Gretel**
Eine Film-Bild-Musik-Collage mit Illustrationen von Marion Lefrançois und Kompositionen der Cellistin Regine Beaulac. Ab 6 Jahren.
Marion Lefrançois, Creatafera

14 und 17 Uhr **Sterntaler**
Stimmungsvolle Märchenkomposition für Saxophonquintett. Ab 5 Jahren.
Kasseler Saxophonquartett, Kerstin Röhn

15 und 18 Uhr **Folksongs aus Ungarn**
Unser Extra zum 1100-Musiker-Tag in Kassel.
Puppenspielstudenten aus Budapest

So 26.05.: Bei Grimms zu Gast

11 Uhr **Prinzessin Goldenschön**
Anrührendes Figurentheater voller Spannung und Poesie. In deutscher Sprache. Ab 6 Jahren.
Lempen Puppet Theatre/GB

14 Uhr **Fiddlesticks**
Eine Geige befreit sich von ihren Saiten und begibt sich in die märchenhafte Welt der Fantasie. Ab 4 Jahren.
Garlic Theatre/GB

17 Uhr **Ohne Worte**
Die Vielfalt des Figurentheaters in einem gekonnt gespielten Szenenprogramm. Für jedes Alter.
Puppenspielstudenten aus Budapest

Eintritt bei Kinderveranstaltungen:
Kinder 5 Euro, Erwachsene 6 Euro, Gruppen 4 Euro.
Eintritt bei Abendveranstaltungen:
9 Euro.
Freier Eintritt bei den Veranstaltungen am Sa 25. Mai.

Veranstalter: GRIMM 2013
Tickets: www.grimm2013.de
Tel. 0561 988 393-99

In Kooperation mit der Volkshochschule Region Kassel.

Theater und Kleinkunst

Theater versinnbildlicht im wahrsten Sinne des Wortes das Leben: Es berührt unsere Sinne, entwirft Bilder - setzt alles in ein anderes Licht. Es verdichtet die Wirklichkeit, stellt grundlegende Fragen und lässt neue Wirklichkeiten entstehen, ist kunstvolles Spiel, Drama, Satire oder Kabarett - auf großer oder kleiner Bühne.
Lassen Sie sich entführen in die Welt des Theaters oder der „Kleinen Künste", sei es eher theoretisch erklärend oder praktisch im eigenen Tun. Vorhang auf - die Bühne gehört Ihnen!

Alles Theater!

Die Spielzeit 2013 des Staatstheaters Kassel

Die Dramaturginnen und Dramaturgen des Staatstheaters besprechen ausgewählte Produktionen aus dem Spielplan des Staatstheaters Kassel.

K2150
Termine und Themen:

26.2. GOLDDIGGER, Tanztheater von Johannes Wieland über den Zusammenhang von Realität und Wunschvorstellung, Uraufführung (Th. Teubl)

5.3. L´OLIMPIADE, Dramma per musica in drei Akten von Antonio Vivaldi (U. Benzing)

9.4. QUARTETT, Schauspiel von Heiner Müller (Christa Hohmann)

16.4. READYMADE, Tanztheater von Chris Haring und Johannes Wieland (Th. Teubl)

30.4. TANNHÄUSER UND DER SÄNGERKRIEG AUF DER WARTBURG Oper in drei Aufzügen von Richard Wagner (J. Otten)

14.5. ANATOL, Schauspiel von Arthur Schnitzler (St. Winter)

28.5. URFAUST, Schauspiel von Johann Wolfgang Goethe (M. Volk)

4.6. GUSTAV MAHLER, 10.Sinfonie. Eröffnung der Gustav-Mahler-Festtage (I. Pijanka)

11.6. THE TURN OF THE SCREW, Oper in zwei Akten von Benjamin Britten (J. Otten)

Änderungen vorbehalten.
Michael Volk, Dr. Ursula Benzing, Dr. Thorsten Teubl, Christa Hohmann, Insa Pijanka, Stephanie Winter, Jürgen Otten
Kassel
Staatstheater, Personaleingang (Treffpunkt)
Di. 26.2. / 11:00 - 12:30 / 9 Termine
65,50 €

Bad Hersfelder Festspiele

Showboat

Exkursion

Das „Ol'-Man-River"-Musical

K2180
Bad Hersfeld
Stiftsruine
So. 23.6. / 18:00
Anmeldeschluss 1.3.
62 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 2, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.

Die drei Musketiere

Exkursion

Nach dem Roman von Alexandre Dumas

K2181
Bad Hersfeld
Stiftsruine
So. 30.6. / 18:00
Anmeldeschluss 1.3.
50 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 2, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.

Nathan der Weise

Exkursion

Der Klassiker - aktueller als je zuvor.

K2182
Bad Hersfeld
Stiftsruine
Mo. 15.7. / 18:00
Anmeldeschluss 1.3.
50 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 2, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.

Der Name der Rose

Exkursion

Das Kultstück nach Umberto Eco.

K2183
Bad Hersfeld
Stiftsruine
So. 21.7. / 18:00
Anmeldeschluss 1.3.
50 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 2, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.

Die Entführung aus dem Serail

Exkursion

Deutsches Singspiel in drei Aufzügen von Wolfgang Amadeus Mozart, Text von Christoph Fr. Bretzner (1748-1807).

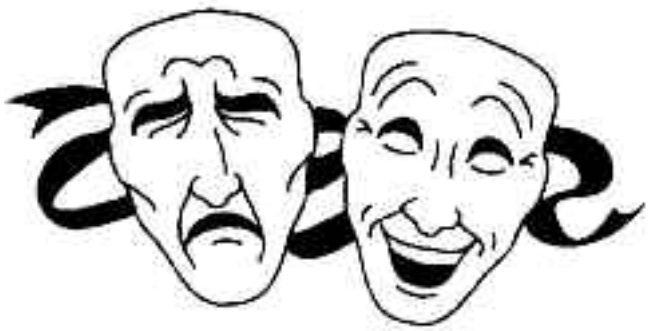
K2184
Bad Hersfeld
Stiftsruine
Mo. 12.8. / 18:00
Anmeldeschluss 28.3.
57 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 3, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.

Carmen

Exkursion

Oper in vier Akten (in deutscher Sprache) von George Bizet, Dichtung nach der Novelle Prosper Mérimées von Henri Meilhac und Ludovice Halévy.

K2185
Bad Hersfeld
Stiftsruine
Di. 13.8. / 18:00
Anmeldeschluss 28.3.
57 €
Leistungen: Eintrittskarte der PK 3, Busfahrt und vhs-Reiseleitung.



Playback Theater

Jeder Moment des Lebens ist eine Geschichte wert.

Wochenendseminar

Playback Theater ist eine besondere Form des spontanen Theaters. Momente des Lebens und Geschichten aus dem Alltag sind unsere Spielinhalte, die zurückgespiegelt werden (play-back). Besondere Formen und Techniken bilden einen respektvollen Rahmen, in dem wir Szenen improvisieren. Dabei entdecken wir Vertrauen in unsere Fähigkeiten, Spielfreude und mobilisieren vorhandene Ressourcen.

Es ist ein Einstieg, um diese spezielle Theater- und Kommunikationsform kennen zu lernen. Theater-/Vorerfahrung ist nicht erforderlich.

K2160
Markus Hühn, M.A., Schauspieler/Regisseur
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Fr. 15.3. / 18:15 - 21:15
Sa. 16.3. / 10:00 - 18:00
So. 17.3. / 10:00 - 14:00
3 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
60 €

Schauspiel- und Improvisationstraining

Wochenendseminar

„Die Ideen Keith Johnstones seien nicht nur Theatermachern empfohlen, sondern auch Gangstern, Erziehern, Hausfrauen, Politikern und vor allem Liebespaaren: uns allen, die wir durch die Zusammenstöße der konkurrierenden Willen miteinander verbunden sind." (George Tabori).
Diese Einführung vermittelt erste Grundlagen des Schauspiels wie z. B. Körperpräsenz, Stimme/Artikulation, Vorstellungsvermögen und Zusammenspiel. Die vorgestellten Techniken, die auf der Methodik von Keith Johnstone basieren, betonen den spielerischen Umgang mit persönlichen Verhaltensweisen in unterschiedlichen Situationen. Dabei stehen Spaß am schöpferischen Prozess und ein Miteinander, das Unbeschwertheit und Kreativität erlaubt, im Vordergrund. Dieser Workshop ist theatererfahrene, wie auch -unerfahrene Interessierte geeignet. Es besteht die Möglichkeit, ihn in einen fortlaufenden Wochenkurs umzuwandeln. Bitte bequeme Trainingskleidung mitbringen.

K2161
Valeska Weber, Schauspielerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
50 €

Hörspiele sprechen

Wochenendseminar

Hörspiele sprechen ist anders als Lesen und auch anders als Schauspiel. Wir müssen Rollen spielen, können aber weder Gestik noch Mimik nutzen. Unser einziges Instrument ist die Stimme. Wie geht das? Sie lernen Übungen aus den Bereichen Stimmbildung, Sprecherziehung und Schauspiel kennen und sie hörspielgerecht einzusetzen. Wir erschaffen Imaginationsräume und schlüpfen in Rollen, die sowohl dem realen Leben als auch den fantastischen Welten entspringen.
Bitte bequeme Kleidung, warme Socken sowie ausreichend Getränke (am besten Mineralwasser ohne Kohlensäure) mitbringen. Willkommen sind alle, die sich im Hörspiel ausprobieren möchten.

K2162
Natalie Gorris
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
60 €

Clowneske Haltung

Ein Workshop zum Perspektivenwechsel

Tagesseminar

Wir wollen älter werden und jünger aussehen, genießen und dabei schlank bleiben, perfekt sein und entspannt. Wir sollen Ziele erreichen und spätestens auf dem Totenbett müssen wir doch alles wieder loslassen. Das Scheitern an inneren und äußeren Widersprüchen ist keine Katastrophe, sondern schlicht unser Alltag. Clowns sind Fachleute für diese Art von Scheitern und sich trotzdem wohl zu fühlen. In diesem Workshop kombinieren wir einfache Übungen mit Humorfaktor, clowneske Spielformen und Reflektionsphasen. Es ist weniger ein klassischer Clownworkshop als eine Entdeckungsreise zu einer clownesken Haltung für Zeiten, wenn es „eng" wird. Bitte etwas zu trinken, bequeme Kleidung, für Sporthallen geeignete Schuhe und, falls vorhanden, eine Clownnase mitbringen. Für 2 € kann eine „Nase" im Kurs erworben werden. Bitte eine Decke mitbringen.

K2165
Dagmar Kräutle
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Sa. 20.4. / 11:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
33 €

Die Kunst des Feuerspuckens

Eine Einführung in Kooperation mit Feuerpädagogik e.V.

Tagesseminar

Wer schon immer einmal die Kunst des Feuerspuckens erlernen wollte, ist hier genau richtig. Unter der fachkundigen Anleitung eines Feuerpädagogen werden die Grundlagen in die Theorie und Praxis des Feuerspuckens vermittelt. Dazu gehören z. B. das Einschätzen von Risiken und Gefahren sowie das Feuerspucken mit Bärlappsporen.

K2171
Michael Kreiker
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Fr. 1.3. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 22.2.
18 €

Die Kunst des Feuerschluckens

Eine Einführung in Kooperation mit Feuerpädagogik e.V.

Tagesseminar

Unter fachkundiger Anleitung eines Feuerpädagogen lernen Sie die geheime Kunst des Feuerschluckens in Theorie und Praxis kennen. Dazu gehört z. B. eine Fackel im Mund zum Erlischen zu bringen oder die Beschäftigung mit „Körperfeuer" - Feuer auf der Haut. In kleinen Schritten können Sie sich herantasten, so dass diese Kunststücke nicht „brenzlig" werden.

K2172
Michael Kreiker
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Fr. 22.3. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 8.3.
18 €

Musik

Wege zum musikalischen Verstehen

Vorträge, Seminare und Lesungen zu Themen der Musikgeschichte und -theorie wecken ein tieferes Verständnis für musikalische Zusammenhänge, kompositorische Vorgehensweisen und biografische Aspekte von Komponisten/innen und den jeweiligen Epochen.

Alexander Borodin und die russische Schule des 19. Jahrhunderts

„Wenn man an beiden Enden brennt..."

Lesung

Wer etwa aus Anlaß seines 125. Todestages auf Alexander Borodin (1833-1887) stößt, erfährt biographische und gesellschaftliche Fakten einer vielschillernden Künstlerpersönlichkeit. Dabei war sein Leben zunächst den Naturwissenschaften gewidmet, was ihn aber offenbar beflügelte, auch als Komponist erfolgreich zu wirken – insbesondere als Sinfoniker und Meister des Streichquartetts.
Borodin schloß sich der „Gruppe der 5" an, dem sogenannten „mächtigen Häuflein", dem auch Modest Mussorgski (vorgestellt werden seine „Bilder einer Ausstellung") angehörte. Diese so wichtige Epoche umreißt der Autor Jochem Wolff, nicht ohne weitere Höhepunkte zu berühren: vor allem die sinfonischen Werke Peter Tschaikowskys und seine Oper „Eugen Onegin" nach dem berühmten Stoff von Alexander Puschkin.

Jochem Wolff, Julia Reingart
Schauenburg-Breitenbach
So. 17.2. / 17:00 - 20:00
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
12 €

Zwischen König Lustik und Louis Spohr

Kasseler Musikgeschichte im frühen 19. Jahrhundert

Im 19. Jahrhundert war die Kasseler Kulturlandschaft einer raschen Folge von Höhen und Tiefen unterworfen. Nach einer Periode relativen Stillstandes versuchte Napoleons Bruder Jerome Bonaparte, seiner Residenzstadt Kassel ab 1806 auch kulturell Glanz zu verleihen, musste Kassel aber schon 1813 wieder verlassen. Wieder begann eine Periode kulturellen Verfalls bis Kurfürst Wilhelm II. ab 1821 neue Akzente setzte. Diese spannende Phase der Kasseler Musikgeschichte wird vorgestellt und in zahlreichen Anekdoten, interessanten Hintergründen und Musikbeispielen lebendig werden.

Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45
5 €

Die 32 Klaviersonaten Ludwig van Beethovens

Eine Klaviersonate Ludwig van Beethovens ist in jedem Konzertprogramm ein Ereignis. Diesem Geheimnis und Zauber möchte sich der Vortrag nähern. An zwei Abenden soll ein Überblick über die 32 Klaviersonaten Beethovens gegeben werden. Ihre kompositorischen und musikgeschichtlichen Besonderheiten werden ebenso vorgestellt wie die Entwicklung innerhalb von Beethovens Schaffen. Anhand zahlreicher Hörbeispiele werden diese Beobachtungen anschaulich gemacht.

Teil I
Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 5.3. / 18:15 - 19:45
5 €

Teil II
Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 19.3. / 18:15 - 19:45
5 €

Robert Schumann und Louis Schuncke - ein Zwickauer und ein Kasseler Klavierkomponist

Robert Schumann ist als Klavierkomponist allgemein bekannt. Weniger bekannt ist, dass der Kasseler Louis Schuncke ein enger Freund Schumanns war und mit ihm gemeinsam zu den Begründern der „Neuen Zeitschrift für Musik" zählte. Der Vortrag stellt die beiden Komponisten vor und erläutert ihre Beziehungen. Dabei wird besonders die musikalische Korrespondenz in den Blick genommen, die die beiden Musiker in ihren Kompositionen führten. Zahlreiche bekannte und unbekannt Hörbeispiele lassen dieses spannende Stück Musikgeschichte lebendig werden.

Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 9.4. / 18:15 - 19:45
5 €

Karikatur des Scheins - Die Operette „Im weißen Rössl"

Vor gut 80 Jahren, am 8. November 1930, wurde im Großen Schauspielhaus in Berlin die von Eric Charell inszenierte Operette „Im weißen Rössl" uraufgeführt. Damals war sie noch weit von jenem Alpenkitsch entfernt, zu dem sie durch die verzerrte Wahrnehmung der Nazis gemacht wurde. Daher konnte sie auch in Paris und New York außerordentliche Erfolge feiern. Der Vortrag versucht - auch mit Hilfe zahlreicher „originaler" Tondokumente - sich der ursprünglichen Gestalt des „Rössl" und seiner Protagonisten zu nähern.

Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 23.4. / 18:15 - 19:45
5 €

Das Hildebrandslied und seine Verwendung in der Musik

Vortrag

Im Jahr 1812 veröffentlichten die Brüder Grimm zum ersten Mal in ihrem Metrum dargestellt und herausgegeben „Die beiden ältesten deutschen Gedichte". Eines davon ist das Hildebrandslied. Zum „Lied von Hildebrand und Hadubrand", dessen Text inhaltlich im 5. Jhd. spielt und im 9. Jhd. notiert wurde, ist die Komposition von Regine Brunke „Der Zeitkönig" Part 1-5 für Violine, Steine, Posaune (Loure) Sprecher und Västerbyhorn entstanden. Am 21. Mai, 20 Uhr wird die Komposition im Rahmen der Festwoche zum 200. Jubiläum der Brüder Grimm im Kulturhaus Dock 4 , Deck 1, uraufgeführt. Dieser Vortrag führt in Handlung und Geschichte des Hildebrandliedes ein und erläutert sowohl historische Vertonungen des Liedes und als auch den musikalischen Inhalt der neu entstandenen Komposition.

Dr. Wolfram Boder, Musikwissenschaftler,
Regine Brunke, Musikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 6.5. / 19:00 - 20:30
5 €

Komponisten, Krisen, Krankheiten

Musik und Medizin

Lesung

Jochem Wolff, Dr. Ferdinand Kokenge
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 14.9. / 17:00 - 19:15
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
12 €

Giuseppe Verdi

Zum 200. Geburtstag

Jochem Wolff
Schauenburg-Breitenbach
Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 23.11. / 17:00 - 19:15
Platzreservierungen nimmt die Märchenwache unter Tel. 05601-925678 entgegen!
10 €

Stimmbildung / Gesang / Chöre

Unsere Angebote vermitteln Ihnen Kenntnisse über Stimme, Klang und Ton, um musikalische Grundlagen zu erschließen und Ihnen einen befreiten Umgang mit der eigenen Stimme zu ermöglichen und zu fördern.

Folk- und Country Songs mit viel Herz

Wochenendseminar

Am Lagerfeuer mit der Wandergitarre sitzen und einen Folk- oder Countrysong nach dem anderen anstimmen. Leider müssen wir im geschlossenen Raum auf das Lagerfeuer verzichten, aber im Herzen wird es warm, wenn wir Hits singen, wie:
Sweet home Alabama, Ring of Fire, Stand by your man, Love Hurts, Rose Garden, Islands in the sun, No no never, Streets of London...
Bitte gute Laune, warme Socken, Coffee/ Tea to go und etwas zum Schreiben mitbringen.

K2220
Christel Thomas
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 1.3.
50 €

Bauer & Hieber
Ihr Notenspezialist Kassel
Noten und klassische CDs
Bauer & Hieber *bei Musik Eichler*
Ständeplatz 13 • 34117 Kassel
Tel: 0561 / 9 18 88 61 • Fax: 9 18 88 63
kassel@bauer-hieber.com • www.bauer-hieber.com

Vokal-Training

Selbstbewusst singen

Wochenendseminar

Eine ausgewogene Stimme und gute Körperhaltung sind wichtige Voraussetzungen, um selbstbewusst z. B. vor Publikum aufzutreten. Die Gruppe ist als „Publikum" anwesend und kann auf diese Art und Weise Stimm-, Atem-, Stimmsitz-, Gehörprobleme sowie Lösungswege kennen lernen. Jede/r kommt in den Genuss des Einzeltrainings, Gruppenübungen zum Thema Atmung und Lockerung runden das Programm ab.
Haben Sie einen Song, der bearbeit werden soll, bringen Sie ihn bitte vorbereitet mit (Name/Interpret/Noten/Text/Playback und wenn vorhanden, MP3).

K2221
Nicole Jukic
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Sa. 9.3. und So. 10.3. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.2.
50 €

Siehe auch Kurs-Nr. K2294, Human Beatbox, Seite 46

Stimmbildung für Vielsprechende

Atmung, Stimme, Artikulation

Wochenendseminar

Die Stimme verleiht unseren Äußerungen den ganz individuellen Klang. Nicht selten kommt es für Vielsprechende im Laufe der Zeit zu stimmlichen Problemen wie z. B. Räusperzwang, Heiserkeit, Kloßgefühl im Hals etc. Um dem vorzubeugen, können Sie mehr über Ihre Sprechstimme erfahren und Möglichkeiten erlernen, wie Sie Ihre Stimme schonend, klangvoll, den Situationen angemessen akzentuiert und ausdrucksvoll einsetzen können. Transfersituationen für den Alltag werden aufgegriffen.
Bitte eine Decke und/oder Isomatte mitbringen.

K2222
Elisabeth Packeiser, Logopädin
Kassel
Praxis für Logopädie Packeiser,
Wilhelmshöher Allee 259
Fr. 15.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 16.3. / 9:00 - 15:00
Anmeldeschluss 1.3.
45 €
+ € 2,00 für Arbeitsmaterialien/Kopien

Die individuelle Singstimme im Chor I

Grundlagen

Ferienkurs

Sie singen im Chor? Da ist Ihnen sicher auch aufgefallen, dass häufig die individuelle Stimmbildung in einem Chor zu kurz kommt. Es fehlt die Zeit, da die Gruppen zu groß sind, um den Teilnehmenden individuelle Zeit zu schenken.
Da aber jede Stimme im Chor zählt, ist es wichtig, auch an der individuellen Stimme zu arbeiten. Diese vier Tage bieten dazu unter professioneller Anleitung gute Möglichkeiten. Es werden Grundlagen (Atemtechnik, Stütze etc.) vermittelt und individuelle Stimmbildungsübungen für jeden Teilnehmer entwickelt und erprobt.

K2223
Nicole Jukic
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Di. 2.4. - Fr. 5.4. / 18:00 - 19:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 22.3.
37,50 €

Licht aus... Spot an! DIE BÜHNE GEHÖRT DIR!

Entdecke Deinen eigenen Bühnenausdruck!

Wochenendseminar

Gleichermaßen faszinierend wie erschreckend zieht uns die Bühne in ihren Bann und zu ihr hin - wir haben was zu sagen, zu zeigen, zu geben. Auch das will gelernt sein! Was tue ich, wenn ich vor Lampenfieber kaum einen Ton herausbringe? Wie kann ich in dieser Situation frei singen? Wieviel bewege ich mich auf der Bühne? Wie nehme ich Kontakt zum Publikum auf? Was ist mein ganz persönlicher Ausdruck? Sie erwartet eine erfrischende Mischung aus präziser und kompetenter Stimmbildungsarbeit sowie den intensiv spielerischen Möglichkeiten, die Bühne für sich zu erobern und das Seminarteilnehmende-Publikum zu berühren und zu begeistern.
Bitte ein vorbereitetes Solostück in Form eines Playbacks auf CD oder mp3 mitbringen.

K2224
Nicole Jukic
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 29.3.
50 €

Die individuelle Singstimme im Chor II

Aufbaukurs

Wochenendseminar

Dieses Seminar bietet unter professioneller Anleitung gute Möglichkeiten,
die individuelle Arbeit an der eigenen Stimme zu vertiefen. Es werden Grundlagen (Atemtechnik, Stütze etc.) vermittelt und individuelle Stimmbildungsübungen für die Teilnehmenden entwickelt und erprobt.
Voraussetzung: „Die individuelle Singstimme im Chor I".

K2225
Nicole Jukic
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
50 €

Sing und Swing - vhs-Chor

Seit über 15 Jahren trifft sich „Sing und Swing" wöchentlich außerhalb der Schulferien. Über das Einsingen mit Atem- und Stimmübungen geht es weiter mit leichten Kanons bis hin zum intensiven Einüben von drei- bis vierstimmiger Popsongs, Evergreens, internationalen Liedern und gern Gesungenem aus vergangenen Zeiten. Ein Sommerkonzert (voraussichtlich 30.6.) in der Konzertmuschel des Bergparks, zusammen mit anderen Chören, ist Teil des Programms. Neue Sängerinnen und Sänger sind herzlich willkommen.

K2227
Ulrike Meyerholz, Dörte Gassauer
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Di. 12.2. / 16:00 - 17:30 / 23 Termine
69 €

Choradio - vhs-Chor

In diesem vhs-Chor können sich unverzagte Sängerinnen und Sänger stimmlich erproben und gemeinsam traditionelle und populäre Lieder in drei- und vierstimmigen Sätzen einstudieren. Die Liedauswahl folgt den Neigungen der Teilnehmenden. Gelegentliche Auftritte können das Programm abrunden, wobei der Spaß immer im Vordergrund steht. Neuaufnahmen nur nach Rücksprache mit der Chorleitung!

K2228
Nenad Nikolic'
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 17 Termine
51 €

Musikwerkstatt - Instrumentalkurse

Praktische und theoretische Grundkenntnisse werden für das gewählte Instrument vermittelt, um Ihnen eine Hinwendung zu verschiedenen Stilrichtungen der Musik zu ermöglichen.

Ziele:
- sichere musikalische und technische Grundlagen
- Hintergrundwissen zum besseren Verständnis und zur Interpretation von Musik durch Musiktheorie und -geschichte

Stilrichtungen:
- Folklore, Pop, Blues, Rock, Ethno, Klassik

- Schwerpunkte, die von den Kursleitungen gesetzt werden, können in Absprache mit den Teilnehmenden geändert werden. Ggf. können Instrumente auf Anfrage gestellt werden.

vhs-Orchester

Das Orchester ist offen für alle, die ihr Instrument nicht nur alleine spielen, sondern die Freude am Musizieren mit anderen teilen wollen. Wir spielen klassische, romantische sowie neuere Orchestermusik. Auch im neuen Semester setzt das Orchester seine lange,erfolgreiche Arbeit fort. Wir studieren Werke von Sammartini und Dvorak für das nächste Konzert. Vor allem sind noch Plätze für Geiger, Bratscher und Kontrabassisten zu besetzten. Anmeldungen zum Semesterbeginn in den Proben.

K2230
Jürgen Oßwald
Kassel
Herderschule, Maulbeerplantage 1, Musiksaal
Do. 14.2. / 18:00 - 21:00 / 15 Termine
45 €

Didgeridoo

Bauen, spielen und entspannen

Tagesseminar

Ursprünglich von den australischen Aborigines gespielt, entführt das archaische Blasinstrument in fantasievolle Traumwelten. Die vielfältigen Klangvariationen können ohne Notenkenntnis erzeugt werden und wirken tief entspannend und anregend zugleich. Untersuchungen belegen, dass regelmäßiges Didgeridoo-Spielen gegen Schnarchen und Tinnitus wirkt. Didgeridoo-Rohlinge oder Klang-/Schwirrhölzer werden bemalt und die Spieltechniken werden vermittelt. Neueinsteigende und Fortgeschrittene erhalten individuelle Unterstützung zur Spieltechnik (Grundton, kreative Klangvariationen, Zirkularatmung). Materialkosten werden mit der Kursleitung abgerechnet. Eigene Instrumente können mitgebracht werden. Bitte Decke, Trinkwasser und Imbiss mitbringen.

K2235
Ulrich Soppa
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Sa. 27.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 12.4.
40 €

Gitarre

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen" bieten wir Ihnen einen schnellen und unkompliziert Weg, das Gitarrespielen über praktische und theoretische Grundkenntnisse zu erlernen.
Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Lieder mit Akkorden zu begleiten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, werden aber nach und nach mit vermittelt. Im Vordergrund steht allein die Freude am Musizieren. Lediglich ein eigenes Instrument ist für den Unterricht und zu Hause erforderlich.
Sie könne sich für die ersten Kursstunden ein Instrument bei uns ausleihen. Wir halten eine begrenzte Anzahl von Instrumenten für Sie bereit. Das erleichtert Ihnen vielleicht den Einstieg.

Wir bieten ihnen zwei Kurstypen, die sich im Preis unterscheiden:
1. Kleingruppen-Unterricht mit 5 - 6 Teilnehmenden
2. Großgruppen-Unterricht mit 9 - 12 Teilnehmenden

Ein Quer- oder Wiedereinstieg ist grundsätzlich möglich. Wir empfehlen zuvor ein Beratungsgespräch, um zu klären, welcher Kurs bzw. welche Stufe sinnvoll ist, damit Sie den richtigen Kurs belegen:
Telefon 0561-1003-1685.

Grundkurse

Eine Einführung in das Spiel der akustischen Gitarre-Liedbegleitung. Vermittelt werden die wichtigsten Grundakkorde sowie einfache Schlag- und Zupftechniken. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2240
Lobito
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Di. 19.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
34 €

K2241
Andreas Goßmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Di. 12.2. / 17:00 - 18:30 / 10 Termine
50 €

K2242
Klaus Macpolowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mi. 13.2. / 15:30 - 17:00 / 12 Termine
60 €

K2243
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 16:30 - 17:15 / 12 Termine
54 €
+ € 15 für Arbeitsmaterialien an Kursleitung

K2244
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 17:15 - 18:00 / 12 Termine
54 €
+ € 15 für Arbeitsmaterialien an Kursleitung

K2245
(Kleingruppe)
Marius Weilguni
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 16:30 - 17:15 / 12 Termine
54 €

K2246
(Kleingruppe)
Marius Weilguni
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 17:15 - 18:00 / 12 Termine
54 €

K2247
Lobito
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurse I

Liedbegleitung: Vertiefung, Erweiterung der Akkord- und Griffkenntnisse. Neue Spiel- und Zupftechniken.
Voraussetzung: Grundkurs oder Beherrschung der Grundakkorde ohne Barré-Akkorde.

K2248
Beate-Maria (Bema) Seeck
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Di. 19.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
34 €

K2249
(Kleingruppe)
Andreas Großmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Di. 12.2. / 18:45 - 19:30 / 10 Termine
45 €

K2250
(Kleingruppe)
Klaus Macpolowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mi. 13.2. / 17:00 - 18:00 / 12 Termine
72 €

K2251
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 18:00 - 18:45 / 12 Termine
54 €
+ € 15 für Arbeitsmaterialien an Kursleitung

K2252
(Kleingruppe)
Marius Weilguni
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 18:00 - 18:45 / 12 Termine
54 €

K2253
Beate-Maria (Bema) Seeck
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurse II

Liedbegleitung: Aufbauend auf dem Grund- und Aufbaukurs I werden weitere Zupf- und Schlag- sowie erste Melodiespieltechniken (Solospiel) erarbeitet.
Voraussetzung: Grundakkorde und Barré-Kenntnisse.

K2255
(Kleingruppe)
Andreas Großmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Di. 12.2. / 19:30 - 20:15 / 10 Termine
45 €

K2256
(Kleingruppe)
Klaus Macpolowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:00 / 12 Termine
72 €

K2257
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 18:45 - 19:30 / 12 Termine
54 €

K2258
(Kleingruppe)
Marius Weilguni
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 18:45 - 19:30 / 12 Termine
54 €

Aufbaukurse III

Voraussetzung: Grundakkorde, diverse Barréakkorde und Anschlagmuster in allen üblichen Taktarten, Picking-Kenntnisse, Erfahrung in der Liedbegleitung.

K2260
Lobito
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Di. 19.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
34 €

K2261
(Kleingruppe)
Klaus Macpolowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:00 / 12 Termine
72 €

K2262
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 19:30 - 20:15 / 12 Termine
54 €

K2263
Lobito
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Mo. 18.2. / 20:30 - 21:30 / 10 Termine
34 €

Aufbaukurse IV

Voraussetzung: Grundakkorde, diverse Barréakkorde und Anschlagmuster in allen üblichen Taktarten, Picking-Kenntnisse, Erfahrung in der Liedbegleitung, Notenkenntnisse, Erfahrung mit Tonleitern und Akkordaufbau. Neueinstieg nur nach Rücksprache möglich.

K2265
Lobito
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Di. 19.2. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
34 €

K2266
(Kleingruppe)
Klaus Macpolowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:00 / 12 Termine
72 €

K2267
(Kleingruppe)
Christian Christe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Do. 14.2. / 20:15 - 21:00 / 12 Termine
54 €

K2268
Lobito
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Mo. 18.2. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
34 €

Aufbaukurs V

Voraussetzung: Grundakkorde, diverse Barréakkorde und Anschlagmuster in allen üblichen Taktarten, Picking-Kenntnisse, Erfahrung in der Liedbegleitung, Notenkenntnisse, Erfahrung mit Tonleitern und Akkordaufbau. Neueinstieg nur nach Rücksprache möglich.

K2269
Lobito
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Mo. 18.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
34 €

American Folk Guitar

In der amerikanischen Folkszene finden wir eine außergewöhnliche Vielfalt von Melodien, Texten und mitreißenden Rhythmen. Neben Traditionals stehen angesagte Songs berühmter Singer/Songwriter. Von verträumten Cowboy-Songs über lebendige Spirituals zum melancholischen Blues wurden alle Songs sorgfältig auf leichte Spielbarkeit geprüft und ausgesucht. Für alle Musikrichtungen werden hier die ersten Grundlagen geschaffen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich die Grundakkorde wie C- Dur, Em, G7, Am, E-Dur usw. sollten Sie kennen und spielen können.

K2270
Lobito, Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 1.3.
54 €

Flamenco-Gitarre I

Harmonie und Rhythmus

Wochenendseminar

Um Flamenco-Gitarre zu lernen, muss man weder Spanier sein noch gut ausgebildet Gitarre spielen können, denn selbst mit geringer Erfahrung lernen Sie mitreißende Rhythmen und „Rasgueados" spielen. Dieses Seminar richtet sich an Gitarrespielende, die sich möglichst schnell einen Überblick über die rhythmischen Spieltechniken der Flamenco-Gitarre verschaffen wollen. Es ist aber auch eine Fundgrube für Wiederein- und Umsteiger/innen, die ihre bisherigen Kenntnisse und Fähigkeiten um interessante Möglichkeiten erweitern möchten.
Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich die Grundakkorde wie C, Em, Am und E sollten Sie wechselnd spielen können.

K2271
Lobito, Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Sa. 9.3. und So. 10.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.2.
54 €

Flamenco-Gitarre II

Solospiel

Wochenendseminar

Der Flamenco zeichnet sich nicht nur durch seinen temperamentvollen Rhythmus aus, sondern auch durch seine Vielfalt an Melodien. Dieses Seminar richtet sich an Gitarrespielende, die sich nicht nur auf das Rhythmusspiel des Flamenco beschränken möchten, sondern seine typischen Bassläufe und interessanten Melodielinien lernen wollen.
Die Teilnahme am Kurs „Flamenco-Gitarre, Harmonie und Rhythmus" ist nicht unbedingt erforderlich, aber wünschenswert. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Lediglich die Grundakkorde C, Em, Am und E sollten Sie wechselnd spielen können.

K2272
Lobito, Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 29.3.
54 €

Ukulele

Lieder zum Einsteigen und Abfahren zur Ukulele

für Lehrer, Erzieher, Eltern und daran Interessierte

Klein ist fein. Weniger Saiten sind schneller gestimmt, tun weniger weh beim Greifen, und die kleine Schwester der Gitarre ist leichter zu lernen. Richtig praktisch! Und wer Lieder begleiten möchte, kann - fast- alles damit machen: vom Kinderlied bis zum swingenden „Somewhere over the Rainbow". Eine Einführung in die Grundlagen des Ukulelenspiels für alle, die gerne mit Kindern singen und/oder erste Tipps und Tricks „abgreifen" möchten.

Griffe und Anschlagtechniken werden abwechselnd für die rechte und linke Hand eingeübt. Gespielt wird in der Stimmung „g - c - e - a“ und schon weht ein Hauch von Hawaii durch die Kasseler vhs. Noten- oder sonstigen Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Lust zu singen wäre gut.

K2275
Bernd Meyerholz
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Do. 17:00-18:30, 5 Termine
21.2., 7.3., 21.3., 18.4. und 2.5.2013
25 €

Keyboard/Klavier

Grundkurse

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen“ bieten wir Ihnen einen Weg, Tasteninstrumente wie Keyboard oder Klavier schnell und unkompliziert zu erlernen. Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Melodien zu spielen und mit Akkorden zu begleiten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, allein die Freude am Musizieren genügt.
Im Unterricht stehen Ihnen geeignete Instrument zur Verfügung. Lediglich zu Hause sollte ein Instrument vorhanden sein.

K2280
(Kleingruppe)
Beate-Maria (Bema) Seeck
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Di. 19.2. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
60,50 €

K2281
(Kleingruppe)
Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Do. 21.2. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
60,50 €

K2282
(Kleingruppe)
Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Do. 21.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
60,50 €

K2283
(Kleingruppe)
Beate-Maria (Bema) Seeck
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Mo. 18.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
60,50 €

Aufbaukurse I

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen“ bieten wir Ihnen einen Weg, Tasteninstrumente wie Keyboard oder Klavier schnell und unkompliziert zu erlernen. Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Melodien zu spielen und mit Akkorden zu begleiten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, allein die Freude am Musizieren genügt.
Im Unterricht stehen Ihnen geeignete Instrument zur Verfügung. Lediglich zu Hause sollte ein Instrument vorhanden sein.

K2285
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grundkurs
Beate-Maria (Bema) Seeck
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Di. 19.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
60,50 €

K2286
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grundkurs
Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Do. 21.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
60,50 €

K2287
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grundkurs
Beate-Maria (Bema) Seeck
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Do. 21.2. / 20:00 - 21:00 / 10 Termine
60,50 €

Aufbaukurs II

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen“ bieten wir Ihnen einen Weg, Tasteninstrumente wie Keyboard oder Klavier schnell und unkompliziert zu erlernen. Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Melodien zu spielen und mit Akkorden zu begleiten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, allein die Freude am Musizieren genügt.
Im Unterricht stehen Ihnen geeignete Instrument zur Verfügung. Lediglich zu Hause sollte ein Instrument vorhanden sein.

K2288
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grund- und Aufbaukurs I
Beate-Maria (Bema) Seeck
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Mo. 18.2. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
60,50 €

Akkordeon-Spiel

Grundkurs

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen“ bieten wir Ihnen einen unkomplizierten Weg, das Spiel auf dem Akkordeon über praktische und theoretische Grundkenntnisse zu erlernen. Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Lieder mit Akkorden zu begleiten und einfache Melodien zu spielen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, werden aber nach und nach mit vermittelt. Im Vordergrund steht allein die Freude am Musizieren. Lediglich ein eigenes Instrument (Tasten- und Knopfakkordenon/B-Griff) ist erforderlich.

K2290
(Kleingruppe)
Nenad Nikolic'
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:00 / 12 Termine
73 €

Aufbaukurse I

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen“ bieten wir Ihnen einen unkomplizierten Weg, das Spiel auf dem Akkordeon über praktische und theoretische Grundkenntnisse zu erlernen. Schon nach wenigen Stunden sind Sie in der Lage, erste Lieder mit Akkorden zu begleiten und einfache Melodien zu spielen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, werden aber nach und nach mit vermittelt. Im Vordergrund steht allein die Freude am Musizieren. Lediglich ein eigenes Instrument (Tasten- und Knopfakkordenon/B-Griff) ist erforderlich.

K2291
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grundkurs
Nenad Nikolic'
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mo. 18.2. / 17:00 - 18:00 / 12 Termine
73 €

K2292
(Kleingruppe)
Voraussetzung: Grundkurs
Nenad Nikolic'
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mo. 18.2. / 18:00 - 19:00 / 12 Termine
73 €

Perkussion

Percussion (lat.: schlagen) gilt in der Musik als Oberbegriff für das Spiel aller Instrumentenarten aus dem Bereich der Schlag- und Effektinstrumente, einschließlich des menschlichen Körpers als Instrument. Die Perkussion gilt als die urtümlichste Form des Musizierens und ist in Instrumentierung und Spielweise stark durch regionale Besonderheiten geprägt. Wir stellen Ihnen einige populäre Percussionsstile und Richtungen sowie die damit verbundenen typischen Rhythmen und Spielweisen vor.

Human Beatbox

Tagesseminar

Als Human Beatbox wird das Erzeugen von rhythmischen Sounds mit dem Mund und der Stimme bezeichnet. Diverse Schlagzeug- und Perkussion-Sounds können mit Stimme und Mundraum realistisch nachgeahmt werden. Der musikalischen Bandbreite der imitierten Instrumente und erzeugten Geräusche sind fast keine Grenzen gesetzt. So können zusätzlich zu den Grund-Beats auch Sounds wie Scratches, Melodien, Basslinien und Vocals erzeugt werden. Jeder kann „beatboxen". Durch regelmäßiges Training kann man schnell Fortschritte feststellen und einen eigenen Stil entwickeln. Sehr schnell lassen sich erste Rhythmen erzeugen, somit ist der Spaß von Anfang an garantiert. Geeignet für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse.

K2294
Michael Kreiker
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Sa. 13.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 29.3.
25 €

Afrikanisches Trommeln

Wochenendseminar

Sie lernen die Grundkenntnisse der afrikanischen Percussion auf Djembe, Basstrommel und verschiedenen Percussioninstrumenten unter Einbezug von Körper und Stimme. Rhythmus und Bewegung sind eng miteinander verknüpft, können ungeahnte Energien freisetzen und viel Spaß bereiten! Im Mittelpunkt stehen einfache Basis-Grooves und die Freude am gemeinsamen Trommeln und Grooven. Ziel ist es, einen einfachen traditionellen afrikanischen Rhythmus mehrstimmig zu spielen. Instrumente stehen gegen eine Leihgebühr bereit, eigene können gerne mitgebracht werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2295
Birgit Schließer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 1.3.
40 €
+ € 5 Instrumenten-Leihgebühr an Kursleitung

Conga - Trommeln

Wochenendseminar

Die Conga ist die universale Trommel für fast alles, was in Lateinamerika und Westafrika zum Tanzen anregt. Im Mittelpunkt stehen daher einfache Rhythmen aus diesen Kulturräumen. Unterstützt durch Übungen zur Rhythmusschulung mit Stimme, Händen und Füßen bietet dieser Kurs eine Einführung in die grundlegenden Spieltechniken der Conga, die den ganzen Körper zum „Grooven" bringen. Instrumente werden gestellt, eigene können gerne mitgebracht werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2296
Jörn Briehl
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:00
So. 21.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 5.4.
50 €

Bodhrán-Irische Rahmentrommel

Tagesseminar

Bodhrán, die irische Rahmentrommel, wird hauptsächlich mit Hilfe eines Sticks gespielt und kann bereits nach wenigen Stunden Übung mit ersten Erfolgen begeistern. Nach einer kurzen Einführung steht die Vermittlung der Technik im Vordergrund. Das Zusammenspiel (Session) sowie die Strukturen und Begleitmuster sind ebenfalls Schwerpunkte. Wenn Sie bereits Vorkenntnisse haben, werden diese, in Abstimmung mit der Gruppe und deren Spielniveau, erweitert. Notenkenntnisse werden nicht benötigt. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie ein Leihinstrument benötigen, da nur eine begrenzte Anzahl an Bodhráns vorhanden sind. Diese werden kostenfrei zur Verfügung gestellt. Geeignet für Neueinsteigende und Vortgeschrittene.

K2297
Guido Plüschke
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
So. 28.4. / 13:30 - 17:00
Anmeldeschluss 12.4.
35 €

Tanz

Tanz Aktuell

Die nachstehenden Kurse und Wochenendseminare geben Einblicke in unterschiedliche Richtungen des aktuellen Tanzgeschehens. Neben traditionellen Tanzstilen wie Flamenco, Stepp-Tanz und Rock`n`Roll reicht die Palette über Salsa, Tango-Argentino, Carleston bis hin zu Hip Hop, Hoop-Dance und Feuertanz.

Der Orientalische Tanz - Raqs Sharqi

Der Orientalische Tanz - Raqs Sharqi (wörtlich übersetzt: Tanz des Ostens) ist ein weiblicher Solotanz, der seinen Ursprung im Vorderen Orient hat. Er entwickelte sich über Jahrhunderte vom rituellen Geburts- und Fruchtbarkeitstanz über den Fest- bis hin zum heutigen Folkloretanz. Es ist ein sinnlicher Tanz, dessen weiche und runde Bewegungen die Mitte des Körpers, das Zentrum, bewusst und lebendig machen. Der Tanz kann voller Temperament, aber auch voller Weichheit sein. Ziel der Kurse ist, über den Tanz ein neues, sensibles Körperbewusstsein zu erfahren und die kulturellen Besonderheiten dieser Tanzkunst kennen zu lernen.

Grundkurse für Frauen

Basisbewegungen, erste Schrittfolgen und Drehungen stehen auf dem Programm. Bitte Bewegungskleidung und ein Tuch mitbringen.

K2300
Ute Dib
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mo. 4.3. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
50 €

K2301
Ida Arlt, Ayda
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K2302
Es fließen Übungen aus dem Yoga zur Kräftigung, Dehnung und Entspannung mit ein.
Martina Peters, Delia
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
50 €

Grundkurs für Frauen ab 50plus

Fitness und Körpergenuss pur

Orientalischer Tanz bietet mit seinen weichen und temperamentvollen Bewegungen gute Möglichkeiten, wieder mit neuem Elan durchzustarten. Sie erleben ein neues Körpergefühl, genießen Ihre Weiblichkeit, regen Ihre Lebensfreude an. Zudem ist dieser Tanz ein ganzheitliches Fitnesstraining. Er fördert u. a. Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit, stärkt Beckenboden-, Rücken- und Bauchmuskulatur und beugt Osteoporose vor. Geeignet für Frauen mit und ohne Vorkenntnissen.

K2304
Birgit Göbel, Saida
Kassel
Kulturhaus DOCK 4, Untere Karlsstr. 4
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 8.3.
38 €
+ € 10 für Raumnutzung an die Kursleitung

Grund- und Aufbaukurs für Frauen

Vertiefung der grundlegenden Bewegungsabläufe, Variationen und Kombinationen aus verschiedenen Figuren. Geeignet auch für Neueinsteigerinnen.

K2306
Es fließen Übungen aus dem Yoga zur Kräftigung, Dehnung und Entspannung mit ein.
Martina Peters, Delia
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs I für Frauen

Vertiefung der Tanztechnick, neue Schrittkombinationen und Diagonalen. Bitte Bewegungskleidung und ein Tuch mitbringen.

K2307
Karin Hartmann, Shahena
Baunatal-Altenbauna
Ballettschule, Johann-Sigmund-Schuckert-Str. 2a (Westpassage)
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 12 Termine
60 €
+ Raummiete ca. 25 € an Kursleitung

Aufbaukurs I und II für Frauen

Die Grundbewegungen werden mit abwechselungsreichen Drehungen verbunden, raffinierte Schrittkombinationen und Akzente zu verschiedenen orientalischen Rhythmen werden einstudiert, um die Tanztechnik zu verbessern. Vorkenntnisse: z. B. Grundkurs.

K2308
Ida Arlt, Ayda
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs II für Frauen

Vertiefung der grundlegenden Bewegungsabläufe, Variationen und Kombinationen verschiedener Figuren: kleine Choreografie. Vorkenntnisse: z. B. Grund- und Aufbaukurs I.

K2309
Ute Dib
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 6.3. / 20:00 - 21:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
50 €

Aufbaukurs III für Frauen

Türkischer Pop - dynamische Choreografie mit temperamentvollen Elementen und ausdrucksstarken Effekten. Neuaufnahmen nur nach Rücksprache.

K2310
Karin Hartmann, Shahena
Baunatal-Altenbauna
Ballettschule, Johann-Sigmund-Schuckert-Str. 2a (Westpassage)
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €
+ Raummiete ca. 25 - 30 € an Kursleitung

Aufbaukurs IV für Frauen

Vertiefung der grundlegenden Bewegungsabläufe, Variationen und Kombinationen verschiedener Figuren. Vorkenntnisse: z. B. Aufbaukurse. Neuaufnahmen nur nach Rücksprache. Es fließen Übungen aus dem Yoga zur Kräftigung, Dehnung und Entspannung mit ein.

K2311
Martina Peters, Delia
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Do. 14.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs VIII für Frauen

Vertiefung der grundlegenden Bewegungsabläufe, Variationen und Kombinationen verschiedener Figuren: Haltung und Ausdruck. Vorkenntnisse: z. B. mind. Aufbaukurs V. Neuaufnahmen nur nach Rücksprache.

K2312
Ute Dib
Fuldatal-Rothwesten
Dorfgemeinschaftshaus, Karl-Marx-Str. 19
Do. 7.3. / 20:00 - 21:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 22.3.
50 €

Orientalischer Tanz - Tribal Style

American Tribal Style ist ein Gruppentanz, der von gegenseitiger Inspiration und Improvisation lebt. Es gibt spezielle Codes für die einzelnen Bewegungen, die es jeder Tänzerin ermöglichen, sowohl die Gruppe zu führen, als auch sich führen zu lassen. Viele Elemente haben ihren Ursprung im orientalischen Tanz, deshalb sind Vorkenntnisse von Vorteil, aber nicht notwendig.

K2314
Sonja Rieß, Heilpraktikerin
Zierenberg
Tanzraum, Schlag 1
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €
+ € 18 Raummiete an Kursleitung

Salsa Paartanz

Salsa ist ein populärer, mit rhythmischer Musik, Spaß und Lebensfreude verbundener Gesellschaftstanz. Orientiert am ursprünglichen Tanzstil der Kubaner, werden afro-kubanische Bewegungsformen, Schritt-, Dreh- und Führungstechniken ebenso vermittelt wie Rhythmusgefühl, Zusammenhänge in Bewegungsabläufen und Timing, die es leicht machen, abwechslungsreiche Figuren auszuführen. Das Lebensgefühl des Salsa, mit Spaß und Lust auf Neues, steht dabei immer im Vordergrund. Um Paaranmeldung wird gebeten.

K2320
Grundkurs
Remo Albanesi, Susanne Panknin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Do. 11.4. / 19:00 - 20:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 29.3.
33,50 €

K2321
Aufbaukurs
Remo Albanesi, Susanne Panknin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Do. 11.4. / 20:30 - 21:45 / 8 Termine
Anmeldeschluss 29.3.
33,50 €

Salsa Paartanz

Wochenendseminar

Salsa ist ein populärer, mit rhythmischer Musik, Spaß und Lebensfreude verbundener Gesellschaftstanz. Orientiert am ursprünglichen Tanzstil der Kubaner und Exilkubaner in Miami, werden afro-kubanische Bewegungsformen, Schritt-, Dreh- und Führungstechniken ebenso vermittelt wie Rhythmusgefühl, Zusammenhänge in Bewegungsabläufen und Timing, die es leicht machen, abwechselungsreiche Figuren auszuführen. Das Lebensgefühl des Salsa, mit Spaß und Lust auf Neues, steht dabei immer im Vordergrund, egal ob Sie neu einsteigen oder wieder mal dabei sind. Um Paaranmeldung wird gebeten.

K2322
Wochenendseminar
Remo Albanesi, Andreea Lucia Schade
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Fr. 12.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 13.4. / 10:00 - 14:00
So. 14.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 29.3.
55 €

Tango Argentino für Paare

Wochenendseminar

In den Stadtvierteln von Buenos Aires und Montevideos wurde der Tango um das Jahr 1880 geboren. Tango ist Bewegung im Paar, ein Wechselspiel zwischen Nähe und Distanz, ein Dialog von Führen und Folgen, eine intensive Kommunikation zwischen Mann und Frau. Sie lernen erste Schritte dieses faszinierenden Paartanzes. Um Paaranmeldung wird gebeten.

K2324
Ulrich Görtz, Birgit MaKassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Sa. 20.4. und So. 21.4. / 15:00 - 18:00
Anmeldeschluss 5.4.
41 €

Flamenco

Flamenco ist eine Welt voller Emotionen und Temperament. Sie zu erfahren und damit zu spielen, ist einfach und ohne Vorkenntnisse möglich. Dazu lernen Sie die Grundlagen des Flamenco: Gute Haltung, Palmas (Klatschen), Zapateados (Fußrhythmen), Brazos (Armbewegungen). Bitte Pumps mit festen Absatz und einen Rock mitbringen.

K2327
Milagros De la Fuente
Kassel
Studio Fuego y Arena, Frankfurter Str. 62
Do. 14.2. / 18:30 - 19:30 / 10 Termine
38 €
+ Raummiete an Kursleitung 10 €

Spiel mit dem Feuer

In Kooperation mit „Feuerpädagogik e.V."

Wochenendseminar

Feuer fasziniert und dennoch haben viele Menschen den Bezug zu diesem Urelement verloren. In diesem Workshop geht es um die Nutzung des Feuers als Element für Tanz und Performance. Neben einer Einführung in den verantwortungsbewussten Umgang mit Feuer (Sicherheit und Umweltschutz) lernen Sie das Spiel mit verschiedenen Requisiten kennen: Feuerketten (Poi), Feuerstäbe, Feuerfächer, Feuerfinger und Hula Hoop. Geübt wird zunächst ohne Feuer, in mehreren Sequenzen gibt es die Möglichkeit, sich an das Spiel mit dem Feuer heranzutasten. Bitte Baumwollkleidung und Kopftuch mitbringen.

K2329
Désirée Schulte
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Fr. 8.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 9.3. / 11:00 - 17:00
So. 10.3. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.2.
63 €
+ € 5 Materialkosten an Kursleitung

Rock'n'Roll

Grund und Aufbaukurs

Wenn es Ihnen beim Rock'n'Roll in den Beinen kribbelt, lernen Sie hier abwechslungsreiche Schrittfolgen, Tanz- und leichte akrobatische Figuren, bei denen der Spaß an der tänzerischen Bewegung im Vordergrund steht. Paare und Singles sind herzlich willkommen.

K2330
Martin Walke, Heike Lengelsen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

Hoop-Dance

Hoop-Dance (Hula-Hoop) ist ästhetisch, kreativ, spielerisch, macht vor allem unglaublich viel Spaß und ist zudem ein dynamisch effektives Ganzkörpertraining. Zu Musik unterschiedlicher Stilrichtungen wird der Hoop um die Hüften geschwungen, er wandert von den Knien bis zum Hals, steigt über den Kopf und taucht wieder zu den Hüften. Oder er wird außerhalb des Körpers horizontal oder vertikal gespielt. Sie können ihn um die Arme, Beine und Füße kreisen lassen und Richtungswechsel, Würfe und Sprünge ausprobieren. Ziel ist - angefangen vom Hüftschwung - nach und nach alle Bewegungen fließend zu verbinden und durch kleine Choreographien den Hoop mit uns tanzen zu lassen. Die speziellen Hula-Hoop-Reifen werden gestellt. Bitte bequeme Bewegungskleidung mitbringen.

K2331
Andrea Döhne
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Do. 14.2. / 19:00 - 20:30 / 6 Termine
34 €

Stepptanz 60plus

Es ist nie zu spät, die eigenen Träume zu leben. Nach den Filmen von Fred Astaire und Shirly Temple wollte fast jeder schon mal mit dem Steppen beginnen. Dieser Kurs macht es möglich. Bringen Sie gute Laune mit und lassen Sie mit viel Spaß Ihre Füße tanzen.

K2332
Heike Neumeyer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Stepptanz

Grundkurs

Tanz, Tanz und nochmals Tanz steht im Mittelpunkt. Neben Excercises, der Erarbeitung fester Schrittkombinationen, und Platz, die „eigenen Schritte" zu entdecken, stehen Spaß und die Begeisterung, Musik mit den Füßen zu machen, an erster Stelle.

K2333
Heike Neumeyer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

Aufbaukurs I

Weiterführung und Vertiefung
Voraussetzung: Grundkurs

K2334
Heike Neumeyer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

STEPvisite - Showgruppe

Tänzer und Tänzerinnen, die Bühnenluft wittern möchten, sind hier richtig. Mit den erarbeiteten Choreografien ist eine abendfüllende Stepp-Tanz-Show geplant. Voraussetzung: Aufbaukurs I oder fortgeschrittene Stepp-Tanz-Kenntnisse.

K2335
Heike Neumeyer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

Ballett für Kinder und Jugendliche
Siehe Kurs-Nr. 6230 ff., Seite 174

Hip Hop

Funky Moves, Street Dance! Verschiedene Bewegungstechniken und das Kreieren kleiner Choreografien sind das Thema. Vor allem aber Spaß am Tanzen. Let s funk!

K2338
Wolfgang Buchner
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mo. 11.2. / 17:45 - 18:45 / 15 Termine
50 €

Charleston

Der gute Laune Tanz

Der exzentrische amerikanische Modetanz der 1920er Jahre, den Josefine Baker nach Europa brachte, hat einen mitreißenden Charakter und einen recht sportlichen Effekt. Grundlage sind isolierte Bewegungen, die einen in die Lage versetzen, einzelne Körperteile getrennt voneinander bewegen zu können. Charakteristisch sind die X / O Kombination der Beine und das schwunghafte „Schlenkern" der Extremitäten in alle Richtungen. Er vereint Beweglichkeit und Witz und macht deshalb riesigen Spaß - auch oder gerade, weil man ihn ohne Partner/in tanzen kann. Bitte Sportkleidung und Gymnastikschuhe mitbringen.

K2340
Tagesseminar
Birgit Kaiser
Kassel
Labor Ost, Raum für Tanz und Theater, Kurfürstenstr. 2
So. 24.2. / 14:00 - 16:30
Anmeldeschluss 16.2.
12,50 €

K2341
Birgit Kaiser
Kassel
Labor Ost, Raum für Tanz und Theater, Kurfürstenstr. 2
Mi. 6.3. / 18:15 - 19:15 / 15 Termine
Anmeldeschluss 27.2.
50 €

DanseVita®

Nach einem arbeitsreichen Tag ist es gut und erfrischend, den Alltagsstress abzuschütteln, Kraft zu tanken und neue Impulse zu erleben. Den eigenen Bewegungen folgen, vitalisierende und entspannende Übungen, allein, zu zweit und in der Gruppe ermöglichen den Zugang zu ungenutzten Ressourcen und Kraftpotentialen. DanseVita® ermöglicht, Stress abzubauen, tanzend die Batterie aufzuladen und den ganzen Menschen in beschwingte Harmonie zu versetzen.

K2343
Antje Holbein
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Do. 14.2. / 17:30 - 18:45 / 10 Termine
42 €

Einfach tanzen

Wochenendseminar

Wer sich schon immer wünschte, einfach mal mit zu tanzen, hat an diesem Tag die beste Gelegenheit dazu. Es geht um einfache Kreistänze, die eine leichte, fröhliche und besinnliche Stimmung vermitteln.

K2350
Birgit Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Sa. 20.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 10.4.
18 €

Tanzen ist gehüpftes Glück

Aufbaukurs

Tanz ist seit Menschengedenken Ausdrucksmittel zur Verständigung und zur Bewältigung alltäglicher Ereignisse. Leichte bis mittelschwere Folkloretanzformen sowie meditative Tänze vermitteln Spaß und Genuss an innerer und äußerer Bewegung.

K2351
Petra Einrauch
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Di. 12.2. / 10:45 - 12:15 / 15 Termine
Neuaufnahme nur nach Rücksprache mit der Kursleiterin. Tel: 0160-92741999
Anmeldeschluss 3.2.
75 €

Folklore - Tanz - Begegnung

Erfrischend erdige Folkloremusik und -tänze, u. a. aus Griechenland und Osteuropa, bringen in Schwung und bereiten Freude. Meditative Tänze laden zum Entspannen ein. Ein wenig Tanzerfahrung ist willkommen.

K2353
Birgit Ewald
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
75 €

Line Dance

Grund- und Aufbaukurs

Line Dance gehört zum Country- und Westerndance und wird, wie der Name sagt, in Linien (Reihen) getanzt. Seine Wurzeln gehen zurück auf die europäischen Auswanderer, die ihr Glück in Amerika suchten. Daher weist er durch vielfältige Schrittfolgen, Bewegungen und Aufstellungen Elemente aus vielen verschiedenen Tänzen auf, darunter u.a. Clubtanz der Iren, Twist, Cha Cha Cha und Walzer. So vielfältig die Tänze, so vielfältig die Musik. Ein Partner wird nicht benötigt. Bitte bringen Sie etwas zu trinken und bequeme Schuhe (keine Turnschuhe) mit.

K2354
Neueinsteigende sind willkommen.
Sabine Najda
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Fr. 15.2. / 18:00 - 19:30 / 13 Termine
65 €

Aufbaukurs I

Line Dance gehört zum Country- und Westerndance und wird, wie der Name sagt, in Linien (Reihen) getanzt. Seine Wurzeln gehen zurück auf die europäischen Auswanderer, die ihr Glück in Amerika suchten. Daher weist er durch vielfältige Schrittfolgen, Bewegungen und Aufstellungen Elemente aus vielen verschiedenen Tänzen auf, darunter u.a. Clubtanz der Iren, Twist, Cha Cha Cha und Walzer. So vielfältig die Tänze, so vielfältig die Musik. Ein Partner wird nicht benötigt. Bitte bringen Sie etwas zu trinken und bequeme Schuhe (keine Turnschuhe) mit.

K2355
Sabine Najda
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs II

Line Dance gehört zum Country- und Westerndance und wird, wie der Name sagt, in Linien (Reihen) getanzt. Seine Wurzeln gehen zurück auf die europäischen Auswanderer, die ihr Glück in Amerika suchten. Daher weist er durch vielfältige Schrittfolgen, Bewegungen und Aufstellungen Elemente aus vielen verschiedenen Tänzen auf, darunter u.a. Clubtanz der Iren, Twist, Cha Cha Cha und Walzer. So vielfältig die Tänze, so vielfältig die Musik. Ein Partner wird nicht benötigt. Bitte bringen Sie etwas zu trinken und bequeme Schuhe (keine Turnschuhe) mit.

K2356
Sabine Najda
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 13.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

Irish Set Dance - Für Paare

Grundkurs

Irish Set Dance ist eine schwungvolle Tanzform zu gleichermaßen mitreißender irischer Musik. Im Gegensatz zum irischen Stepptanz wird in Gruppen von je vier Paaren getanzt, dem sogenannten Set. Getanzt werden Figuren mit dem eigenen Partner, mit anderen Personen im Set und auch mit dem ganzen Set gemeinsam.

K2357
Miriam Watschong
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
41 €

Kreistänze - Frauentänze

Für Frauen

Kreistänze haben Frauen seit Jahrtausenden miteinander verbunden. Zu bewegender und kraftvoller Musik beginnen wir mit einfachen, meditativen und traditionellen Tänzen aus dem mittel-, süd und osteuropäischen Raum. Für Frauen mit geringen Vorkenntnissen im Tanzen.

K2358
Katharina Schulz
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mi. 27.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 17.2.
50 €

Lebensfeuer - Tänze im Jahreskreis - für Frauen

Grund- und Aufbaukurs

Zu bewegender und kraftvoller Musik tanzen wir einfache traditionelle und meditative Tänze des Frühlings und Frühsommers aus dem mittel-, süd und osteuropäischen Raum. Tänze und Begegnungen im Kreis vermitteln Freude, Entspannung und neue Zugänge zum Leben und zu anderen Kulturen. Für Frauen mit geringen Vorkenntnissen, etwas Rhythmusgefühl ist hilfreich.

K2359
Birgit Wehnert
Kassel
Jean-Paul-Schule, Württemberger Str. 18, Turnhalle
Di. 26.2. / 20:00 - 21:30 / 11 Termine
Anmeldeschluss 17.2.
55 €
+ ca. 2 € Anteilige Raumgebühren/Abend

Seniorentanz

Tanzen nach beliebter alter und neuer Tanzmusik.

K2360
Gerlinde Fiedler
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
60 €

K2361
Wir tanzen zu alter und neuer Musik. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Singles und Paare sind herzlich willkommen.
Anja Nierling, Bernd Schneider
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Mi. 13.2. / 16:15 - 17:45 / 10 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
50 €

Standard- und Lateinamerikanische Tänze - Für Paare

Grundkurse

Grundschritte und erste Figuren folgender Tänze: Langsamer Walzer, Foxtrott, Wiener Walzer, Tango, Cha-Cha, Rumba, Jive

K2365
Anja Nierling, Bernd Schneider
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
50 €

K2366
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Baunatal-Großenritte
Alte Schule, Grüner Weg 31a
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 3.2.
50 €

K2367
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
So. 17.2. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
50 €

Aufbaukurs I

Neue Figuren, Wiederholung und Vertiefung des bereits Erlernten. Vorkenntnisse: z.B. Grundkurs

K2368
Hans-Peter Schmidt
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mo. 18.2. / 20:30 - 22:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 17.2.
50 €

Aufbaukurs II

Neue Figuren, Wiederholung und Vertiefung des bereits Erlernten. Vorkenntnisse: z.B. Grundkurs + Aufbaukurs I

K2369
Glenda Böhm, Jürgen Böhm
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
So. 17.2. / 15:00 - 16:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
50 €
vierzehntägig

Aufbaukurs III

Neue Figuren, Wiederholung und Vertiefung des bereits Erlernten. Vorkenntnisse: Sehr gute Kenntnisse, z.B. Aufbaukurs I + II

K2370
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 17:45 - 18:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
50 €

Tanzkreise - Für Paare

Tanzen macht Spaß! Für alle, die schon längere Tanzerfahrung haben, weitere Schritte erlernen und bekannte Figurenfolgen wiederholen und vertiefen möchten.

K2375
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Di. 12.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
50 €

K2376
Jürgen Böhm
Helsa
Grundschule, Schulstr. 10
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
75 €

K2377
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 18:45 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
50 €

K2378
Michael Peter
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Fr. 15.2. / 20:30 - 21:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
62,50 €

K2379
Jürgen Böhm, Glenda Böhm
Naumburg-Elbenberg
Gemeinschaftshaus Flachsrose, Naumburger Str. 4
So. 17.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
50 €
vierzehntägig

K2380
Vorkenntnisse: Sehr gute Kenntnisse, z.B. Aufbaukurs III (inklusive Slow-Fox)
Michael Peter, Claudia Weber
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Fr. 15.2. / 19:15 - 20:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
62,50 €

Tanztreff - Für Paare

Freies Tanzen für Paare jeder Altersklasse, vom Anfänger bis zum Turnierpaar. Eine große Tanzfläche, gute Musik und lockere Atmosphäre erwarten Sie.

K2381
Hans-Peter Schmidt
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Fr. 15.2. / 19:30 - 21:45
Fr. 22.2. / 19:30 - 21:45
Fr. 8.3. / 19:30 - 21:45
Fr. 15.3. / 19:30 - 21:45
Fr. 19.4. / 19:30 - 21:45
Fr. 26.4. / 19:30 - 21:45
6 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
52,50 €

Disco-Fox - Für Paare

Grund- und Aufbaukurs

Der Tanz für alle Gelegenheiten, ob Hochzeit, Kirmes oder Disco. Sie erlernen neben Grundschritten und Grundfiguren auch interessante Variationen und bekommen Tipps zu Führung und Haltung.

K2385
Iris Plasberg, Peter Lorenz
Schauenburg-Breitenbach
Dorfgemeinschaftshaus, Niedensteiner Str. 9
Mi. 20.2. / 18:30 - 20:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 13.2.
50 €

K2386
Iris Plasberg, Peter Lorenz
Vellmar-West
Bürgerhaus, Lüneburger Str. 10
Di. 19.2. / 18:45 - 20:15 / 10 Termine
Anmeldeschluss 13.2.
50 €

Kunst

Kunst- und Kulturgeschichte

Vortragsreihe zur Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts

Die Vortragsreihe findet eine Fortsetzung mit einem Vortrag zur Kunst der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts.
Die weiteren Abschnitte werden folgen und jeweils ergänzt durch eine Exkursion nach Frankfurt in das Städel Museum. Die einzelnen Abteilungen des Museums wurden im Rahmen der letzten Jahre renoviert und neu angeordnet. Die im Vortrag zu thematisierenden Entwicklungen können auf diese Weise an Originalen vertieft werden.

Vortrag zum Thema: Kunst nach 1945

Ausgehend von der Jahrhundertwende steht in diesem Vortrag im Wesentlichen der Wunsch im Focus, die wichtigen Tendenzen und Entwicklungen der Kunst in dieser Zeit zu zeigen.
Flankiert von zwei Weltkriegen, vom Nationalsozialismus und s0mit auch vom Thema „Entartete Kunst", gibt es dennoch das gesamte Jahrhundert prägende Entwicklungen wie Kubismus und Expressionismus oder das Bauhaus, um diese Stilrichtungen stellvertretend zu nennen.

Dr. Ellen Markgraf, Kunsthistorikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 13.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Städel Museum Frankfurt

Exkursion

Die einzelnen Abteilungen des Museums wurden im Rahmen der letzten Jahre renoviert und neu angeordnet. Die im Vortrag thematisierten Entwicklungen können auf diese Weise an Originalen vertieft werden. Die Exkursion kann auf jeden Fall auch unabhängig vom Vortrag gebucht werden.
Die Kosten von 20 € pro Person beinhalten nur die Zugfahrt und die Führung im Städel. Die Eintrittskarte muss extra bezahlt werden. Sie erhalten vor Exkursionsbeginn noch genaue Angaben über den Treffpunkt am Bahnhof.

K2401
Dr. Ellen Markgraf, Kunsthistorikerin
Städel Museum Frankfurt
Sa. 16.3. / 8:15 - 17:30
Anmeldeschluss 20.3.
20 €
+ Eintritt im Museum

Die Kulturpolitik der Nazis

Bildende Kunst im Deutschen Faschismus: Neue Epoche?

Vortrag

Die Nazis propagierten eine neue, der „Volksgemeinschaft" entspringende Kunst, deren Nährmutter „Blut und Boden" war. Sie sollte von allen „Volksgenossen" verstanden werden und diente natürlich auch der Identifikation. Mit viel Geld und noch größerem Aufwand wurde die „Neue Deutsche Kunst" etabliert und in riesigen Ausstellungen unters Volk gebracht. Neue Menschen, neuer Staat, neue Kunst und neue Epoche? Oder doch nur Herrschaftsinstrument, also „Volksaufklärung und Propaganda" mit eigenem Ministerium? Der „Reichsbaumeister" und „verhinderter Architekt" Hitler, eigentlich ja „Künstler", war die

treibende Kraft, vor allem für Monumentalbauten, und proklamierte eine „Weltschau 1950“ - nach dem gewonnenen Krieg - eine neue, nun aber deutsche „Pariser Weltausstellung“.
Ob kunstwissenschaftliches oder historisches Interesse: Beides wird ausreichend bedient; übrigens mit einer Reihe interessanter, meist aber trivialer Bilder, viel davon garantiert unbekannt.
Kassel liefert zu diesem Vortrag einen aktuellen Anlass. Ahnen Sie richtig oder wissen Sie?

Konrad Andreas Nachtwey, M.A., Kunsthistoriker und Politologe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 24.4. / 20:00 - 21:30
5 €

„Das Auge der Welt - Otto Dix und die neue Sachlichkeit“

Vortrag

Sie wollen sich auf die Ausstellung vorbereiten? Wir sind an Ihrer Seite und unterstützen Sie.
Was zeichnet die „neue Sachlichkeit“ eigentlich aus? Ist sie nur ein Schlagwort oder doch eher Vielfalt? Warum übernehmen konservative wie progressive Künstler ihre Formensprache? Bei Otto Dix schlagen deutlich gesellschaftskritische Töne durch; in seinen Porträts und drastischen Gesellschafts- und Kriegsbildern zeigt er schonungslos die Zustände der Weimarer Zeit, ja er erscheint als ihr zentraler Ort. Kein Wunder, dass die neuen Machthaber der 30er Jahre Dix in ihrer Ausstellung „Entartete Kunst“ in München als abschreckendes Beispiel vorführten. Eine Reihe seiner zeitgenössischen Kollegen wird im Vergleich zu sehen sein. Ähnlich oder deutlich anders? Lassen Sie sich einstimmen durch unsere Auswahl und freuen Sie sich auf einen Bilderreigen, der seinesgleichen sucht.
Kunstmuseum Stuttgart, Kleiner Schlossplatz 13 vom 10.11.2012 - 7.04.2013

Konrad Andreas Nachtwey, M.A., Kunsthistoriker und Politologe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30
5 €

„Jordaens und die Antike“

Sie möchten zur Ausstellung „Jordaens und die Antike“

Vortrag

Wir machen Sie fit, mit uns sehen Sie mehr und Ihr Genuss steigt.

Rubens und van Dyck, die kennen wir natürlich aus dem Schloss. Auch Jacob Jordaens haben wir schon erblickt - aber ist er nicht nur ein „Bruder im Geist“ des großen Rubens und außerdem ein bisschen sehr volkstümlich? Die Ähnlichkeiten liegen doch auf der Hand. Wer aber seine mythologischen Werke näher betrachtet, erlebt einen hochgebildeten Antikenkenner, einen Charakterdarsteller ohnegleichen, und wird die Ahnung nicht los, dass er zu Unrecht im Schatten der beiden anderen stand. Und was ist mit der Moderne?
Lassen Sie sich überraschen durch unsere Bilder in der Vorbereitung und genießen Sie eine Ausstellung, die in dieser Form zum ersten Mal in Deutschland zu erleben ist.
Fridericianum Kassel vom 1.03.-16.06.2013

Konrad Andreas Nachtwey, M.A., Kunsthistoriker und Politologe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 27.2. / 20:00 - 21:30
5 €

Kann denn Liebe Sünde sein?

Ein herrlicher, liebevoller Reigen in allen Facetten und durch die Epochen der Kunstgeschichte

Vortrag

Kinder- und Mutterglück, des Vaters stolze Geste. Vom schmachtenden Blick zur verhüllten Darbietung aller Attribute großartiger Weiblichkeit oder beeindruckender männlicher Anziehungskraft, von keuschen Akten und mythologischen Nackten. Verschmähte Liebe und Rache, Bewunderung und Verachtung, das warnende Beispiel, lockende Versuchung und leuchtendes Vorbild; Hingabe und Entsagung, himmlische und platonische Liebe. Was schockt und was erfreut? Skandal oder normal? Liegt alles nur im Auge des Betrachters oder am Zeitgeist? Wie haben Künstler „Liebe“ gesehen, gezeichnet, gemalt und skulptiert; kann man ihre Absichten lesen, empfinden oder bedarf es der musealen Hinweisschildchen?
Lassen Sie sich gefangen nehmen von einzigartigen, geheimnisvollen, verdeckten, zarten, gelegentlich auch derben und - vor allem - überraschenden „Liebesbildern“ quer durch die Kunstgeschichte.

Konrad Andreas Nachtwey, M.A., Kunsthistoriker und Politologe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 17.4. / 20:00 - 21:30
5 €

Kinder in der bildenden Kunst

Vortrag

„Kinder“ erscheinen als Eroten, Amoretten, Putten und Engelchen, als reines Symbol, die emotional ansprechen. In mythologischen Geschichten befördern sie die „Menschlichkeit“ von Göttern. Dann die religionsgeschichtliche Sensation: Christus als Gott und Mensch, als kommender Herrscher und vollkommener Mann, angewiesen auf die schützende und nährende Mutter. Sie sind zunächst „kleine Erwachsene“ und notwendige Arbeitskräfte oder Erben und Nachfolger in Dynastien, erkennbar an Haltung, Rangfolge, Gestik und Bekleidung. Davor ist das „Kind“ eher ein Verwandtschaftsbegriff. Die uns geläufige „Kindheit“ entsteht im 14. und als eigener Lebensabschnitt erst im 18. Jahrhundert. Kinder erscheinen in Konfliktsituationen Gott/ Mensch oder Eltern/ Kind. Das „böse Kind“ wird im Struwwelpeter und die „Ungeheuer“ in Max und Moritz erfunden. In der Romantik steckt es zwischen „Realität und Idylle“, wie es Philipp Otto Runge in den „Hülsenbeckschen Kinder“ malerisch gestaltet. Heute sind Kinder Zielgruppen in Fernsehen, Werbung und Konsum mit teils hinreißenden, oft schrecklichen Plots.

Konrad Andreas Nachtwey, M.A., Kunsthistoriker und Politologe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 15.5. / 20:00 - 21:30
5 €

VORTRAGS- UND DISKUSSIONSREIHE

Kunst und Menschenrechte

Die Veranstaltungsreihe thematisiert, wie Künstler und Künstlerinnen weltweit für Menschenrechte eintreten. „Kunst ist eine Tochter der Freiheit", heißt es bei Schiller. Kunst ist damit ein Dorn in den Augen von autoritären Regimen bzw. Unrechtsstaaten. Zum einen bieten Kunstformen eine Stärkung der kulturellen Identität für bedrohte Völker oder für unterdrückte Wertegemeinschaften. Zum Anderen kann Kunst, die sich ethischen und politischen Fragen widmet, ein sehr effektvolles Mittel der Aufklärung sein.

Kunst und Menschenrechte in China

Vortrag und Diskussion

Dr. Friedhelm Scharf
Kassel
Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 5.4. / 19:30 - 21:00
5 €

Die Kunst der Freiheit in der arabischen Welt

Vortrag und Diskussion

Dr. Friedhelm Scharf
Kassel
Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 10.5. / 19:30 - 21:00
5 €

Künstler üben den Aufstand: Vojna und andere Provokateure und Bürgerrechtler

Dr. Friedhelm Scharf
Kassel
Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 7.6. / 19:30 - 21:00
5 €

Das andere Buch der Bücher -

Zum Verhältnis von Kunst und Bibel

In welchem Zusammenhang stehen die Bibel und die Kunst? Wie wichtig ist das Wissen um biblische Geschichten, wenn man Kunstwerke „lesen" möchte?
Dies war die ursprüngliche Funktion von Kunst, als sie noch als Handwerk bezeichnet wurde. In diesem Seminar werden Themen, die in der Bibel stehen, gelesen und dazu entsprechende Kunstwerke betrachtet. Eine Beschäftigung mit der Symbolik ist dabei unumgänglich und interessant. Welcher Heilige hat einen Löwen an seiner Seite? Welche Heilige wird mit einem Karrenrad dargestellt? Das Seminar findet nach Absprache an einigen Terminen in der Gemäldegalerie im Schloss Wilhelmshöhe statt.
Wir werden deshalb zwei Termine im Museum verabreden.

K2420
Dr. Ellen Markgraf, Kunsthistorikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Mo. 18.2. / 18:00 - 19:30 / 16 Termine
80 €
+ Museumseintritte

STUDIUM GENERALE
Mit dem STUDIUM GENERALE bieten wir Ihnen eine fundierte Allgemeinbildung auf unterschiedlichen Gebieten. Sie können in kurzer Zeit ein solides Grundwissen erwerben. Folgende Bereiche werden auf hohem Niveau in allgemein verständlicher Sprache behandelt:
Geschichte, Politik, Wirtschaft
Kunst, Musik, Film
Literatur und Philosophie
Naturwissenschaften
siehe K1000, K1001, K1002, K1003 im Bereich Gesellschaft

Vom frühen Mittelalter zur romanischen Stilbildung

Aufbauend auf unserem letzten Kurs werden wir die weiteren Stufen der romanischen Entwicklungsgeschichte verfolgen. Die karolingische und ottonische Kunst soll uns vorrangig in der Baukunst, aber auch in der Skulptur und Malerei beschäftigen.

K2429
Dr. Karin Mayer-Pasinski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 6 Termine
30 €

Giovanni Segantini - ein Maler des Symbolismus

Sein Werk macht vor allem die Schweizer Bergwelt zu einem Hauptthema religiöser Naturverklärung. Zu Lebzeiten international beachtet, dann vergessen, ist der Künstler heute wieder neu zu entdecken.

K2430
Dr. Karin Mayer-Pasinski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.2. / 16:00 - 17:30 / 3 Termine
15 €

Ein Blick auf die deutsche Innenraum-Kunst um 1500

Das späte Mittelalter und die Übergänge zur Renaissance werden uns an den seltenen erhaltenen Raumkunstwerken dieser Zeit begegnen.

K2431
Dr. Karin Mayer-Pasinski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 7.3. / 16:00 - 17:30 / 3 Termine
15 €

Wege zur Romanik: Königslandschaft am Harz

Exkursion

Im Mittelpunkt unserer Exkursion steht die Königslandschaft am Harz, Zentrum der ottonischen Kaiser. Gernrode und Halberstadt sind unsere Hauptziele in einer überaus reichen mittelalterlichen Kunstregion.
Konkrete Angaben zur An- u. Abreise erhalten Sie vor Exkursionsbeginn.

K2432
Dr. Karin Mayer-Pasinski
Halberstadt
Di. 7.5. / 8:00 - 20:00
Anmeldeschluss 22.4.
55 €
+ Eintritt und Verpflegung

80 Jahre nach der Hitlerschen Machtergreifung sind Orte, die an den Nationalsozialismus erinnern, Ziel der Freitagsexkursionen. Jede Veranstaltung endet mit einem Cafébesuch vor Ort. Diese Reihe wird gemeinsam mit der Volkshochschule Warburg/Westfalen angeboten.

Kunst, Kultur und Geschichte am Freitagnachmittag

„Grabe wo Du stehst" - zur Erinnerungskultur vor Ort

Vortrag zum Auftakt der Exkursionsreihe zur NS-Gewaltherrschaft in Nordhessen

Für die historisch-politische Bildung zum Thema NS-Zeit sind die „kleinen" Initiativen vor Ort von entscheidender Wichtigkeit. Menschen finden sich zusammen, um der Geschichte einer Persönlichkeit, einer Familie, eines „vergessenen" Gebäudes oder eines Ortes nachzugehen, indem sie letzte Spuren aufgreifen und durch eigene Untersuchungen vertiefen. Für die Entstehung und Geschichte der drei zu besuchenden Orte trifft gerade dies uneingeschränkt zu. Prof. Dr. Arno Klönne wird sowohl zu den Methoden dieser historischen Spurensicherung wie zu den Chancen politisch-historischer Bildung sprechen.

Prof. Dr. Arno Klönne
Warburg
Museum im „Stern", Beyer-Saal, Sternstr. 35
Di. 5.3. / 18:00 - 19:30
gebührenfrei

Kunst, Kultur und Geschichte am Freitagnachmittag I

Legalisierter Raub. Der Fiskus und die Ausplünderung der Juden in Hessen 1933-1945. Ausstellungsbesuch in Wolfhagen

Die Ausstellung - mit neuem regionalem Schwerpunkt Wolfhagen und Umgebung - thematisiert im dortigen Regionalmuseum die Ausplünderung der jüdischen Mitbürger ab 1933 und erzählt von denen, die Opfer dieser Maßnahmen wurden.

K2434
Elisabeth Kessemeier
Wolfhagen
Regionalmuseum Wolfhager Land, Ritterstr. 1
Fr. 15.3. / 15:00 - 17:15
Individuelle Anreise. Eintritt und Führungsgebühr inkl.
Anmeldeschluss 6.3.
10 €

Kunst, Kultur und Geschichte am Freitagnachmittag II

Besuch des Klosters Breitenau in Guxhagen

Exkursion

Das Kloster Breitenau wurde 1113 von Benediktinermönchen gegründet. Nach seiner Auflösung im 16. Jahrhundert erlebte das Anwesen an der Fulda eine wechselvolle Geschichte – im 20 Jahrhundert z.B. war es Konzentrationslager, Straflager der Geheimen Staatspolizei und in der Nachkriegsnutzung Erziehungsanstalt für Mädchen. Heute lädt die „Gedenkstätte Breitenau" den Besucher zum bewussten Umgang mit unserer Geschichte ein.

K2435
Elisabeth Kessemeier
Guxhagen
Gedenkstätte Breitenau, Brunnenstr. 12
Fr. 12.4. / 14:30 - 16:30
Individuelle Anreise. Bahnanreise von Kassel annhähern halbstündlich mit RT und Cantus möglich!
Anmeldeschluss 2.4.
10 €

Kulturwandern 2013 – Meine Angebote:
1. Wundern in Rom.
2. Nordsee-Wunder-Woche mit Kultur.
3. Auf den Spuren von Martin Luther.
Infos unter www.kultur-kunst-reisen.de
Prospekt mit Programm und Preisen:
05624-6142, agentureggers@t-online.de

Kunst, Kultur und Geschichte am Freitagnachmittag III

Besuch der Geschichtswerkstatt in Volkmarsen

Exkursion

Anfang der 90er Jahre gründeten engagierte Bürger in Volkmarsen den Arbeitskreis „Rückblende-Gegen das Vergessen". Heute gibt es die Geschichtswerkstatt Rückblende, in der dokumentiert wird, dass die jüdischen Mitmenschen genauso Teil unserer Heimat waren wie die Menschen anderer Konfession.

K2436
Elisabeth Kessemeier
Volkmarsen
Geschichtswerkstatt Rückblende, Kasseler Str. 6
Fr. 14.6. / 14:30 - 16:30
Anmeldeschluss 4.6.
10 €

Die Welt der Kelten. Zentren der Macht - Kostbarkeiten der Kunst

Ausstellungsfahrt ins Kunstgebäude Stuttgart und in das Landesmuseum Württemberg

Beeindruckende Exponate aus Museen in ganz Europa - und spektakuläre Neufunde. Die wohl größte Keltenausstellung seit dreißig Jahren widmet sich der Bedeutung dieser Kultur als eine der prägenden Kräfte der europäischen Geschichte. An zwei zentralen Standorten um den Schlossplatz werden mehr als 1.300 herausragende Originalfunde und in Deutschland zum Teil noch nie gezeigte Einzelstücke in zwei großen Themenblöcken präsentiert.
Die Entwicklung der keltischen Zivilisation zeigt der erste Themenblock „Zentren der Macht" im Stuttgarter Kunstgebäude; auf die keltische Kunst konzentriert sich der zweite Themenblock „Kostbarkeiten der Kunst" im Stuttgarter Alten Schloss.

K2439
Dr. Klaus-Peter Lorenz
Stuttgart
Kunstgebäude, Schlossplatz 2
Sa. 9.2. / 8:00 - 20:00
Bahnfahrt ab Kassel Wilhelmshöhe mit ICE, Reisebegleitung, Eintritt, Kombi-Führung.
Anmeldeschluss 24.1.
89 €

Über die „Kelten - Herrscher der Eisenzeit" trägt Ralph Hauptmann am 1. Februar um 18:30 in der Buchhandlung Eulenspiegel, Marktplatz, Baunatal vor!

Ausstellung im LandMuseum Wülmersen

Schweine-Kram

Ausstellungsbesuch

„Wer die Schweine hüten will, sollte zu grunzen verstehen" sagt ein altes Sprichwort. Obwohl das Schwein in Deutschland im Jahr 2011 mit 54 Kilo pro Kopf der mit Abstand größte Fleischlieferant war, wissen wir doch immer weniger von diesen Tieren. Auf den Dörfern sind sie selten geworden. Wer hält sich noch ein Tier zum Schlachten und wer macht sich noch die Arbeit es zu verarbeiten? Die Begegnungen zwischen Mensch und Tier werden immer seltener und anonymer. Das gilt auch für das so alltägliche Schwein, dessen Fleisch man doch so gerne auf dem Teller hat, an dem sich angehende Mediziner üben und das sowohl als Glückssymbol wie auch als Schimpfwort herhalten muss. Schweine spielen in der Kulturgeschichte der Menschheit eine vielfältige und bedeutende Rolle.
Einen Sommer lang leben im Museumsgarten drei Schweine.
Die Ausstellung begibt sich auf die Spuren der Schweine: Was gehört zu einem Schweineleben? Wie wird es glücklich? Wie kommt ihr Fleisch auf den Teller? Und wie ist das wilde Leben in unseren Wäldern? Außerdem: Wie werden Künstlerinnen und Künstler inspiriert? Kunstwerke regen neben agrartechnischen und volkskundlichen Aspekten zum Nachdenken und Verstehen an.
Eröffnungsveranstaltung am 5. Mai, 14:00 Uhr.

K2490
Udo Reinicke, Dorothea Fellinger, Susanne Selbert
Trendelburg-Wülmersen
LandMuseum Wülmersen
So. 5.5. / 11:00 - 18:00
Öffnungszeiten: Dienstag-Freitag 11:00 - 18:00 Uhr, Samstag 14:00-17:00 Uhr, Sonntag 11:00-18:00 Uhr
Eintritt frei am Eröffnungssonntag mit Musik, Essen, Trinken, Attraktionen.
Freier Eintritt für Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr
2 €

Kultur im Dialog

Kultur-Spaziergang durch Kassel

Kassel hat in der Innenstadt viele schmückende Kunstwerke. Wir beachten sie im Vorübergehen kaum. Nachdem wir in den vergangenen Semestern viele Objekte gefunden und kennengelernt haben, z.T. auch mit den jeweiligen Künstlern gesprochen haben, wollen wir unsere Nachforschungen fortsetzen.
Der Kurs ist zwar eine Fortsetzung, kann aber ganz unabhängig davon besucht werden. Wir beginnen in der Volkshochschule und gehen dann zu Fuß vor Ort. So kann das kulturelle Leben in Kassel vertrauter werden.
Geschlossene Gruppe! Neueinstieg nur nach Rücksprache möglich! Tel. 0561-26859.

K2500
Angela Landgrebe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Di. 12.2. / 10:30 - 12:30 / 9 Termine
67 €
+ eventuelle Eintritte

K2501
Angela Landgrebe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Do. 14.2. / 10:30 - 12:30 / 9 Termine
67 €
+ eventuelle Eintritte

„Kassel, Kunst + Kaffee“

Als eine Gelegenheit für diejenigen, die sich Kassels Kulturschätzen in kleinen Einheiten nähern wollen, wird dieser Kurs zu Kunstwerken im öffentlichen Raum und zu den Menschen, die diese in Kassel bewirken, angeboten (auch Atelierbesuche sind möglich). Beim anschließenden integrierten Kaffeetrinken in einem jeweils nahen Café oder Restaurant kann das Gesehene diskutiert und mit eigenen Erfahrungen ergänzt werden.

K2502
Angela Landgrebe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mi. 20.2. / 16:00 - 18:00 / 5 Termine
14-tägig
Anmeldeschluss 25.3.
40 €
+ eventuelle Eintritte

K2503
Angela Landgrebe
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mi. 13.2. / 16:00 - 18:00 / 9 Termine
14-tägig
Anmeldeschluss 1.2.
67 €
+ eventuelle Eintritte

Künstlerische Techniken

Alle Angebote im künstlerischen Bereich sind in der Regel für Interessierte mit oder ohne Vorkenntnissen geeignet, es sei denn, sie sind ausdrücklich als Grund- oder Aufbaukurse gekennzeichnet. Entstehende Materialkosten sind selbst zu tragen. Modellhonorare und andere Nebenkosten werden im Kurs anteilig umgelegt. Falls Sie Fragen zu Kursen oder zu Ihrer Einstufung haben, können Sie sich gerne von uns beraten lassen.

Zeichnen und Malen

Zeichentechniken

Mappenvorbereitungs-Kurs

Illustration /Grafisches Zeichnen

Diese Kurse sind eine intensive Vorbereitung für die Bewerbungsmappe und Aufnahmeprüfung an einer Kunsthochschule / Fachhochschule, insbesondere für die Bereiche Illustration / Grafikdesign / Visuelle Kommunikation und Freie Kunst.
Wir erörtern, was Sie bei der Prüfungsvorbereitung berücksichtigen sollten, sichten die gestalterischen Fähigkeiten anhand der bereits vorhandenen Arbeiten, besprechen Themen und Inhalte für die Mappe (was ist geeignet, was nicht) und entwickeln daraus eine fundierte Bewerbungsmappe zur künstlerischen Eignungsprüfung. Verschiedene künstlerische Techniken in Grafik und Malerei werden vermittelt und themenbezogene Arbeiten für die Mappe entwickelt.
Die Kurse sind auch für Interessierte geeignet, die sich zeichnerisch und malerisch weiterbilden möchten, ohne eine Mappe anzufertigen. Beim ersten Termin bringen Sie bitte Ihre vorhandenen Arbeiten und einige Zeichenutensilien mit. Weitere Materialien werden beim ersten Treffen besprochen.

K2550
Ulrike Vater
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Do. 28.2. / 17:30 - 19:45 / 8 Termine
Anmeldeschluss 18.2.
90 €
+ eigenes Material

Mappenvorbereitungs-Kurs an Wochenenden

Kompaktkurs

Diese Kurse sind eine intensive Vorbereitung für die Bewerbungsmappe und Aufnahmeprüfung an einer Kunsthochschule / Fachhochschule, insbesondere für die Bereiche Illustration / Grafikdesign / Visuelle Kommunikation und Freie Kunst.
Wir erörtern, was Sie bei der Prüfungsvorbereitung berücksichtigen sollten, sichten die gestalterischen Fähigkeiten anhand der bereits vorhandenen Arbeiten, besprechen Themen und Inhalte für die Mappe (was ist geeignet, was nicht) und entwickeln daraus eine fundierte Bewerbungsmappe zur künstlerischen Eignungsprüfung. Verschiedene künstlerische Techniken in Grafik und Malerei werden vermittelt und themenbezogene Arbeiten für die Mappe entwickelt.
Die Kurse sind auch für Interessierte geeignet, die sich zeichnerisch und malerisch weiter bilden möchten, ohne eine Mappe anzufertigen. Beim ersten Termin bringen Sie bitte Ihre vorhandenen Arbeiten und einige Zeichenutensilien mit. Weitere Materialien werden beim ersten Treffen besprochen.

K2551
Dit Coesebrink
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Sa. 9.3. / 10:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 18:00
Sa. 13.4. / 10:00 - 18:00
So. 14.4. / 10:00 - 18:00
4 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
175 €
+ eigenes Material

Zeichnen macht Spaß!

Zeichnen macht Spaß! Das sagt Ihnen jedes Kind. Nur wir Erwachsenen lassen es zu, dass uns der eigene Anspruch oder die vermeintlich mangelnde Kreativität und/oder Fähigkeit die Freude am künstlerischen Arbeiten nimmt.Dieser Kurs soll die Lust am Zeichnen/Malen (wieder) erwecken. Mit ungewohnten Wegen der Themenfindung, unkonventionellen Zeichenübungen und eigenwilligen Techniken werden wir zu überraschenden und individuellen Ergebnissen kommen, die Lust auf mehr machen sollen. Experimentieren erlaubt!
Bitte mitbringen: schwarze Filzstifte, Bleistift, Papier. Weitere Materialien werden im Kurs besprochen.

K2552
Ulrike Vater
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:45 / 5 Termine
37,50 €
+ eigenes Material

Grundlagen der Zeichnung

Wochenendseminar

Grund- und Aufbaukurs in den Bereichen Perspektive und Proportion. Von einfachen Körpern bis hin zur Figur und dem Portrait versuchen wir zeichnerische Zugänge zu erarbeiten.
Bitte mitbringen: Bleistifte 3B, Knetradiergummi, Zeichenblock DIN A 3.

K2555
Ralf Scherfose
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Sa. 9.3. und So. 10.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 27.2.
64 €

Zeichnen lernen

Lernen Sie spielend leicht, wie man Objekte zeichnet. Gegenständlich oder naturalistisch, das Portrait oder der ganze Mensch. Sie erhalten individuelle Begleitung für die ersten Schritte oder auf dem Weg zu neuen Techniken und Tricks.
Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A2, Bleistift und Knetgummi.

K2557
Grundkurs
Oliver Gerke
Fuldatal-Simmershausen
Haus der Vereine, Teichstr. 8, Eingang Schulhof
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:30 / 6 Termine
Anmeldeschluss 3.2.
41 €
+ Material

K2558
Aufbaukurs
Oliver Gerke
Fuldatal-Simmershausen
Haus der Vereine, Teichstr. 8, Eingang Schulhof
Mo. 8.4. / 19:00 - 20:30 / 6 Termine
Anmeldeschluss 31.3.
41 €
+ Material

Von der Zeichnung zum Bild

Warum legt man als Maler eine Skizze an? Wie zeichnet man perspektivisch richtig? Wie komponiert man ein gutes Bild? Was muss beim Bildaufbau beachtet werden? Diese und viele weitere Fragen werden anhand von Beispielen und Übungen praktisch beantwortet.

K2559
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 3.4.
65 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Comicfiguren zeichnen

Grund- und Aufbaukurs

Wochenendseminar

Comics sind der Schmuddelecke längst entwachsen und eine anerkannte Kunst- und Literaturform. Aber wie kreiert man Comicfiguren, wie zeichnet man sie, gibt ihnen Charakter und haucht ihnen Leben ein?
Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, an zwei Tagen erhalten Sie das Rüstzeug dafür, eigene Comicfiguren mit Leben zu erfüllen.
Bitte mitbringen: Skizzenblock, Bleistift und Knetgummi.

K2560
Oliver Gerke
Fuldatal-Simmershausen
Haus der Vereine, Teichstr. 8, Eingang Schulhof
Sa. 16.2. / 12:00 - 17:00
So. 17.2. / 12:00 - 17:00
2 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
55 €

Figürliches Zeichnen und Portrait

Grund- und Aufbaukurs

Wochenendseminar

Die Darstellungen der menschlichen Figur und des Portraits stehen im Mittelpunkt. Schrittweise werden Wahrnehmung und zeichnerische Umsetzung beim Arbeiten vor dem Modell geschult. Bitte mitbringen: DINA3-Block, Bleistift 3b, Knetradiergummi.

K2571
Ralf Scherfose
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Sa. 20.4. und So. 21.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 8.4.
96 €
inkl. 29 € Modellhonorar

Portraitmalen

Wochenendseminar

Des Malers Scheu vor dem Portrait ist groß! Lassen Sie diese hinter sich und entdecken Sie die Möglichkeiten des Ausdrucks. Sie können sich malend oder zeichnend in diversen Techniken diesem Sujet nähern. Und mit Spaß und Laune werden Sie in kurzer Zeit die Ausdruckskraft des selbst Erschaffenen bestaunen.

K2573
Ursula Porada
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse“
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 6.3.
67 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Zeichnen und Farbe

Grund- und Aufbaukurs

Gegenständliches Zeichnen ist eine intensive Sehschule. Perspektive und Proportionen dienen dazu, das Gesehene in die Fläche zu übersetzen. Mittels der Schraffur werden Formen, Räume, Licht und Stofflichkeit erzeugt. Das Einbringen der Farben steigert das Seherlebnis. Der Bleistift, aber auch Kohle und Kreiden kommen zum Einsatz. Als Farbe benutzen wir Aquarellfarben. Materialbesprechung in der ersten Stunde.

K2574
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 19:15 - 20:45 / 15 Termine
75 €

Zeichnen und Farbe am Wochenende

Grund- und Aufbaukurs

Wochenendseminar

Gegenständliches Zeichnen ist eine intensive Sehschule. Perspektive und Proportionen dienen dazu, das Gesehene in die Fläche zu übersetzen. Mittels der Schraffur werden Formen, Räume, Licht und Stofflichkeit erzeugt. Das Einbringen der Farben steigert das Seherlebnis. Der Bleistift, aber auch Kohle und Kreiden kommen zum Einsatz. Als Farbe benutzen wir Aquarellfarben.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier, Bleistifte in verschiedenen Härtegraden, Knetradiergummi, Anspitzer, Aquarellfarben, etc.

K2576
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Fr. 21.6. / 17:00 - 20:00
Sa. 22.6. / 10:00 - 16:00
So. 23.6. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 10.6.
72 €

Mit Frottage und Collage experimentieren

Wochenendseminar

Durch den Künstler Max Ernst ist das Medium der Frottage, des Durchreibens von Gegenständen, bekannt geworden. Es können verschiedene grafische Mittel experimentell eingesetzt und kombiniert werden. Aus Frottagen entstehen fantasievolle Formen, Materialfundstücke und gerissene Papiere können zu interessanten Collagen verarbeitet werden.
Bitte mitbringen: Fundstücke wie z.B. Draht, getrocknete Blätter, Holz, alter Lederhandschuh, Zeitschriften, Graphit- und Buntstifte, Papier.

K2584
Inga Zieglmeier
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Sa. 9.3. / 11:00 - 16:00
So. 10.3. / 10:00 - 13:00
2 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
25 €

Skizzieren und Zeichnen im Bergpark

Tagesseminar

Skizzen sind sowohl eigenständige Kunstform als auch Studien zu einem komplexeren Werk. Sie entstehen zügig, deuten an, ermöglichen es, auch bewegte Szenen festzuhalten. Durch den geringen Materialaufwand sind Skizzen ein geeignetes Mittel für das Zeichnen unterwegs. Während des Spaziergangs im Bergpark werden verschiedene Stationen eingelegt, auch gründlichere Ausarbeitungen sind möglich.
Bitte mitbringen: Stifte, bei Interesse Kreiden, Skizzenblock ca. DIN A4.
Bei schlechtem Wetter Alternativprogramm, bitte Handy-Nr. angeben!

K2585
Inga Zieglmeier
Kassel
Schloss Wilhelmshöhe
Sa. 29.6. / 11:00 - 15:00
Anmeldeschluss 17.6.
25 €

Kalligrafie und Kalligramme

Wochenendseminar

Zunächst werden verschiedene ältere europäische Schriften vorgestellt, die uns jeweils von ihrer Entstehungszeit erzählen. Je nach Vorliebe können einzelne Schriften mit Schreibfeder und Tusche geübt werden. Der zweite Teil lässt Raum für das Experiment: Es können eigene Schriften entwickelt werden, Gedichte und Schriftbilder, sogenannte Kalligramme, gestaltet werden.
Bitte mitbringen: Stuhl-Sitzkissen, Wasserglas, Zeitung (Kittel oder dunkle Kleidung ist von Vorteil).

K2586
Inga Zieglmeier
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Sa. 13.4. / 11:00 - 16:30
So. 14.4. / 10:00 - 13:00
2 Termine
Anmeldeschluss 1.4.
41 €
+ 5 € Materialkosten an die Kursleitung

Die Faszination asiatischer Pinselschrift

Das Kennenlernen und Auffrischen von Grundkenntnissen anhand von Schriftzeichen zum Thema Frühjahr

Tagesseminar

In der Tradition des asiatischen Tuscheschreibens sind innere Entspannung und Sammlung genauso wichtig wie das Ergebnis. Dieses Tagesseminar eröffnet spielerisch diese Ausrichtung beim Umgang mit Pinsel und Tusche. Wir werden formale Schriftzeichen zum Thema Frühjahr üben und eigene Umsetzungen ausprobieren. Einblicke in die Werke japanischer Meister können uns dabei inspirieren. Materialien (Pinsel, Tusche, Papier) werden bereitgestellt.
Werkstatt „Tuschespuren", 34292 Ahnatal-Weimar, Oberstraße 18. Wegbeschreibung auf Anfrage: T. 05609-804060.

K2587
Lona Rothe-Jokisch
Ahnatal-Weimar, Werkstatt Tuschespuren, Oberstr. 18
Sa. 2.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 18.2.
39 €
+ 10 € Raum- und Materialkosten direkt an die Kursleitung

Maltechniken

Mal-Erfahrung machen

Verschiedene Techniken

Sie wollten schon immer mal ausprobieren, ob Ihnen das Malen Spaß macht? Trauten sich aber bisher nicht, weil Ihre Grundkenntnisse im Malen und Zeichnen viel zu lange zurück liegen? Wissen nicht, wie und mit welcher Technik Sie anfangen sollen? Mit Aquarellfarben leichte, spontane Bilder malen, sich mit Acryl- oder Dispersionsfarben kräftig ausdrücken, mit Pastell malen oder einfach frei mit Tusche- oder Zeichenstiften Objekte erfassen - oder vielleicht eine Mischung all dieser Techniken ausprobieren? Vorkenntnisse in Malerei sind nicht nötig.
Material wird von der Kursleitung gestellt und im Kurs abgerechnet.
Keilrahmen nach Wunsch bitte mitbringen.

K2605
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
77 €
+ 15 € Material (vor Ort zu bezahlen)

Aquarellieren und Zeichnen

Grundkurs

In aufbauenden Schritten werden die Grundlagen vermittelt. Mit Stiften und Farben wird experimentiert, wobei es keine Bindung an ein bestimmtes Thema oder an eine Technik gibt.

K2607
Jahanshah Mahdavi Azar, Grafik-Designer, Kunstmaler und Fotograf
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 12.2. / 18:15 - 20:30 / 7 Termine
52,50 €
+ eigene Materialkosten

Malen mit Aquarell-, Acryl-, Pastell- oder Ölfarben sowie Zeichnen

Grund- und Aufbaukurs

Es können alle Techniken erlernt, angewandt und individuell vertieft werden.

K2609
Renate Stietz
Baunatal-Altenbauna
Musikschule, Friedrich-Ebert-Allee 12, Malraum
Mi. 27.2. / 18:15 - 20:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 17.2.
60 €
+ Material

K2610
Renate Stietz
Baunatal-Altenbauna
Musikschule, Friedrich-Ebert-Allee 12, Malraum
Di. 26.2. / 9:00 - 12:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 17.2.
80 €
+ Material

Maltreff am Vormittag

Aquarell- oder Acrylmalerei

Nutzen Sie den Schwung des Vormittags, um Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen. In inspirierender Atmosphäre können Sie das Malen erlernen oder Ihre Kenntnisse unter individueller Anleitung auffrischen und vertiefen. Ob Aquarell, Acryl, Pastell oder Mischtechniken - alles ist möglich.
Bitte mitbringen: Skizzenblock DIN A4, Bleistift 3B, falls vorhanden entsprechende Pinsel und Farben, 1 Rolle Küchenpapier.

K2615
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Di. 12.2. / 9:30 - 11:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 3.2.
77 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Intensiv-Workshop Malerei

Öl- und Acrylmalwochenende

Wochenendseminar

Hier können Sie das Zusammenspiel von Technik und Kreativität auf großformatigen Leinwänden erproben. Alle wichtigen Techniken der Malerei, das Malen mit Ölfarben, Acryl- und Gouachefarben und z.B. die Spachteltechnik, können hier gelernt und angewendet werden. Die Fragen des „Was" und „Wie" werden gemeinsam diskutiert, so dass Bilder mit eigener Bildsprache und künstlerischer Qualität reifen können. Wir werden Wege erarbeiten, wie Ideen umgesetzt und Probleme gelöst werden können, die sich dem künstlerischen Prozess in den Weg stellen.
Bitte vorhandene Materialien, wie Leinwand, Farben, Pinsel und Maltücher bitte mitbringen. Bei Fragen zu den Materialien maieln Sie bitte direkt an coesebrink@gmail.com.

K2617
Dit Coesebrink
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 4.3.
78 €
+ ca. 8 € Materialkosten an Kursleitung

Mal-Ferien

4-Tage-Seminar für gegenständliche Malerei und Zeichnung

Ferienkurs

Mit Acrylfarben, Ölfarben oder Aquarell, mit Pastell, Bleistift oder Kreide nach dem geeigneten Bildausdruck suchen. Malerische Qualitäten erkennen und einsetzen. Landschaften, Stillleben, Menschen - Bilder, die vom Leben erzählen. Von Montag bis Donnerstag ohne Störung malen und zeichnen! Bei Fragen zu Inhalt und Material: Siegfried Rinke, T. 0561-25259.

K2618
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 10:00 - 17:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 15.3.
150 €

Malen mit Aquarellfarben

Grund- und Aufbaukurse

Das Malen mit Aquarellfarben bietet eine breite Palette von Möglichkeiten, stimmungsvolle Bilder zu gestalten. Grundlegendes zum Aquarellieren wie Bildkomposition, Farbigkeit und Ausdrucksform wird vorgestellt. Die Techniken und Themen richten sich nach Kenntnis und Interesse.
Materialbesprechung in der ersten Kursstunde. Bitte vorhandene Farben, Pinsel etc. mitbringen.

K2620
Erika Oppelt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Di. 12.2. / 9:30 - 11:30 / 12 Termine
80 €
+ 12 € Materialkosten an die Kursleitung

K2621
Erika Oppelt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Di. 12.2. / 11:30 - 13:30 / 12 Termine
80 €
+ 12 € Materialkosten an die Kursleitung

K2625
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K2626
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

K2627
Siegfried Rinke
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Aquarellmalerei I

Grund- und Aufbaukurs

Das Malen mit Aquarellfarben bietet eine breite Palette von Möglichkeiten, stimmungsvolle Bilder zu gestalten. Grundlegendes zum Aquarellieren wie Bildkomposition, Farbigkeit und Ausdrucksform wird vorgestellt. Die Techniken und Themen richten sich nach Kenntnis und Interesse.
Bitte vorhandene Farben, Pinsel etc. mitbringen.

K2628
Siegfried Rinke
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Di. 14.5. / 18:30 - 20:30 / 6 Termine
Anmeldeschluss 5.5.
40 €

Aquarellmalerei II

Grund- und Aufbaukurs

Entdecken Sie die Grundtechniken des Aquarellmalens: Lasur und die Techniken Nass in Nass und Nass auf Trocken. Ferner den Aufbau eines Aquarells durch das Malen von Hell nach Dunkel und den gezielten Einsatz von Weiß. Nutzen Sie den gelenkten Zufall durch ungeplante Farbverläufe.

K2629
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Fr. 15.2. / 9:30 - 11:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
96 €
+ 15€ Material (vor Ort zu zahlen)

Wasser, Farbe und Lust

Wochenendseminar

Mit Lust und Laune ein Wochenende lang in die Technik und Geheimnisse des Aquarellierens einsteigen und damit die Grundlage für jede andere Maltechnik erlernen. Lasieren, Lavieren, nass in nass malen - alles ist möglich und wird Ihnen kompetent vermittelt. Viel Spaß in der Gruppe trägt zur Kreativität bei und lässt wunderschöne Werke entstehen. Aquarellfarben, Papier und Pinsel können mitgebracht werden.
Fortgeschrittene können lernen, auf großen Formaten zu aquarellieren oder verschiedene Texturmalmittel einzusetzen.

K2630
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Sa. 25.5. und So. 26.5. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 15.5.
65 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Aquarell- und Acrylmalerei

Grundkurs

Blumen, Landschaften, Stillleben und freies Arbeiten.
Materialabsprache, Tel: 0561-282835.

K2632
Fritz Röbbing
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 11.2. / 18:00 - 21:00 / 6 Termine
Anmeldeschluss 3.2.
60 €
+ Material

K2633
Fritz Röbbing
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 15.4. / 18:00 - 21:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 7.4.
80 €
+ Material

Kreativ malen mit Acryl und Pigmenten

Konservative Malmedien waren gestern! Heute entstehen ausdrucksstarke Bilder mit Acrylfarbe, Pigmenten, Rost, Sand und Spachtelmasse. Die Kombination natürlicher Farben und herkömmlicher Kunstmaterialien setzt bewusst auf Kontraste und ergibt doch eine wunderbare Harmonie.
Keilrahmen nach Wunsch bitte mitbringen!

K2534
Ursula Porada
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Sa. 22.6. und So. 23.6. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.6.
67 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Acrylmalerei - Kreative Techniken

Grundkurs

Acrylmalerei von Anfang an. Die Grundlagen werden vermittelt. Verschiedene Techniken und Variationen mit Strukturmasse, Sand oder gecrashtem Seidenpapier können ausprobiert werden. Schritt für Schritt entstehen ganz persönliche Bilder.
Bitte mitbringen: einfache Leinwände auf Keilrahmen - Größe nach Wunsch.

K2635
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Do. 14.2. / 9:30 - 11:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
77 €
+ 15€ Material (vor Ort zu zahlen)

Acryl- oder Ölmalerei entdecken

Grundkurs + Aufbaukurs

Machen Sie sich Schritt für Schritt mit der Acryl- oder Ölmalerei vertraut oder erweitern Sie Ihre Erfahrungen. Holen Sie sich wertvolle Tipps zum Material, dem Bildaufbau, dem Entwurf eigener Motive sowie über Perspektiven und plastisches Malen. Das praktische Arbeiten steht im Vordergrund, ob am eigenen oder vorgegebenen Motiv. Vorhandene Farben, Pinsel und Leinwände können mitgebracht oder bei der Kursleitung erworben werden.
Der erste Termin ist eine Vorbesprechung (ca. 45 Min., Material, Motivwahl, etc.)

K2637
Konstanze Becker
Fuldatal-Simmershausen
Haus der Vereine, Teichstr. 8, Eingang Schulhof
Do. 18.4. / 18:00 - 21:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 7.4.
48 €
+ Material (vor Ort zu zahlen)

Pastellmalerei

Grund- und Aufbaukurs

Wochenendseminar

Einführung und Vertiefung in die Pastellmalerei am Beispiel des Stilllebens und der Landschaft. Innerhalb eines Wochenendes werden Bildlösungen erarbeitet und die Kenntnisse der Teilnehmer individuell begleitet und vertieft. Materialvorbesprechung: Montag 26.11.12 RealismusAtelier 18 - 19 Uhr. Maximal 6 Teilnehmer.

K2640
Ralf Scherfose
Kassel
Atelier Ralf Scherfose, Schlangenweg 24
Mo. 11.3. / 18:00 - 19:00 (Vorbesprechung)
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:00
So. 17.3. / 10:00 - 16:00
3 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
72 €
+ Materialkosten

Pastellmalerei

Grundkurs

Sinnliche Bilder, weiche Ausdrucksformen und ein unmittelbarer Kontakt mit den leuchtenden Pigmenten der Pastellkreiden. Eine kurze Einführung in die Farblehre bietet die Grundlage zum Erschaffen leuchtender Bilder. Sie lernen das Material kennen, üben sich im Farbmischen und erschaffen in kurzer Zeit Ihre ersten Kunstwerke.
Vorhandenes Material bitte mitbringen. Fehlendes Material kann bei der Kursleiterin erworben werden.

K2641
Nicole Jakobi
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Mi. 20.2. / 19:00 - 21:15 / 5 Termine
Anmeldeschluss 10.2.
65 €

Ölmalerei in der Nass-in-Nass-Technik

Grundkurs + Aufbaukurs

Wochenendseminar

Abstrakt oder realistisch, diese verblüffende-Technik hält ungeahnte Möglichkeiten bereit. Die nasse Leinwand ermöglicht absolut homogene Farbverläufe, aber auch die realistische Darstellung von Wasser, Wolken, Bäumen und Blumen bis hin zu Seifenblasen, Steinen und Wassertropfen. Die Vorgegebenen Motive werden so gewählt, dass an einem Nachmittag ein Bild fertig gestellt werden kann. Eigene Motive sind natürlich auch möglich.
Bitte mitbringen: Blei- und Buntstifte, Radierer (für die Vorzeichnungen), Küchenpapier und Feuchttücher, Folie zum Abdecken des Arbeitsplatzes. Vorhandene Leinwände, Farbe oder Pinsel können mitgebracht oder vor Ort erworben werden.

K2645
Konstanze Becker
Fuldatal-Simmershausen
Haus der Vereine, Teichstr. 8, Eingang Schulhof
So. 10.3. / 14:00 - 19:00
Anmeldeschluss 27.2.
25 €
+ Material (vor Ort zu zahlen)

Ölmalerei

Aufbaukurs

Wochenendseminar

Dieser Kurs ist für alle, die die vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten der Ölmalerei kennenlernen und eigene Bildideen sensibel umsetzen möchten und sich dabei individuelle Hilfestellungen und Anregungen wünschen. Hierzu werden ausdrücklich in der Malerei bereits fortgeschrittene Teilnehmer eingeladen, die die gemeinsame Zeit für die Intensivierung ihrer künstlerischen Arbeit nutzen möchten und offen sind für gezielte Hilfestellungen, Beratung und Tipps, speziell aus der realistischen Malpraxis.
Eine Materialliste erhalten Sie nach dem Anmeldeschluss.

K2649
Christine Reinckens
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 1.4.
78 €
+ Materialkosten

Ölmalerei und ihre vielfältigen Ausdrucksmöglichkeiten

Grund- und Aufbaukurs

Individuelle Hilfestellungen orientieren sich am Können der Einzelnen oder werden am Bildinhalt entwickelt. Geschlossene Gruppe. Neueinstieg nur nach Rücksprache. Tel. 0561-1003 1686.

K2650
Christine Reinckens
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Di. 12.2. / 16:30 - 19:30 / 8 Termine
80 €

Ölmalerei für Männer

Dieser Ölmalerei Kurs ist ein Novum bei der vhs Kassel. Der Kurs richtet sich ausschließlich an Männer, die an einer Intensivierung und Vertiefung ihrer Kenntnisse in der Ölmalerei interessiert sind. Grundlage des Unterrichtes ist die Vermittlung klassischer akademischer Maltradition in der Lasur- und der Alla Prima Malerei unter Berücksichtigung praktischer und theoretischer Fragestellungen. Die richtige Verwendung von Malmaterialien im Bilde, Aspekte der Komposition, Perspektive, Proportion, Modellierung, Kolorierung und Farbperspektive sind Themen, die systematisch vermittelt werden. Das Malerei Genre (Portrait, Landschaft oder Stilleben) kann frei gewählt werden. Teilnehmerzahl 6-8.
Bitte mitbringen: Alle vorhandenen Materialien für die Ölmalerei. Genauere Materialbesprechung in der ersten Unterrichtsstunde.

K2652
Ralf Scherfose
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Mi. 13.2. / 18:00 - 21:00 / 10 Termine
137 €

Ölmalerei

Individuelle Malerei mit Ölfarben/Mischtechnik. Individuelle Korrektur und Umsetzung eigener Bildideen.

K2658
Elmar Kuhnert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Mo. 11.2. / 18:30 - 20:45 / 15 Termine
112,50 €

Öl- und Aquarellmalerei

Der Einsatz von Aquarellfarben lässt sehr unterschiedliche Möglichkeiten zu. Auch mit Ölfarben und den verschiedensten Materialien sind überraschende Ergebnisse möglich. Die Arbeiten sollen individuell erarbeitet werden. Materialbesprechung am ersten Abend.

K2659
Elmar Kuhnert
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 17:00 - 19:15 / 15 Termine
112,50 €
+ eigene Materialkosten

Öl- und Aquarell

Der Einsatz von Aquarellfarben lässt sehr unterschiedliche Möglichkeiten zu. Auch mit Ölfarben und den verschiedensten Materialien sind überraschende Ergebnisse möglich. Die Arbeiten sollen individuell erarbeitet werden. Materialbesprechung am ersten Abend.

K2660
Elmar Kuhnert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Mo. 11.2. / 16:00 - 18:15 / 15 Termine
112,50 €
+ Materialkosten

Freie Malerei

Individuelle Bildentwürfe und -lösungen sollen gefunden und realisiert werden. Es wird mit allen Malmaterialien gearbeitet, die eine rasche und dauerhafte Bildgestaltung ermöglichen (Ölfarbe, Acrylfarbe, Gouache usw.). Bitte bringen Sie bereits vorhandene Materialien zur ersten Stunde (Materialbesprechung) mit.

K2661
Elmar Kuhnert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Mo. 11.2. / 11:30 - 13:00 / 15 Termine
75 €
+ Materialkosten

K2662
Elmar Kuhnert
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 10:00 - 12:15 / 15 Termine
112,50 €
+ Materialkosten

K2663
Neueinstieg nur nach Rücksprache möglich!
Tel. 0561-1003-1686
Elmar Kuhnert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Mo. 11.2. / 9:00 - 11:15 / 15 Termine
112,50 €
+ Materialkosten

Ein Tag zum Malen und Zeichnen in Hofgeismar

Wochenendseminar

Eine Fachwerkstadt neu entdecken, anders sehen, neu empfinden — Wie geht das? Mit Malerei und Zeichnung. Ein Tag lang wird die Stimmung der malerischen Stadt Hofgeismar mit diesen Mitteln eingefangen. 800-jährige Stadtgeschichte vor Ort erleben und in Bildern aufleben lassen. Treffpunkt und Ausweichort bei schlechtem Wetter: vhs Geschäftsstelle Hofgeismar, Raum 008, Kasinoweg 2
Bitte mitbringen: Material für Malerei und Zeichnung, Hocker und bei Schlechtwetter Bildmaterial (falls vorhanden) von Hofgeismar.

K2664
Siegfried Rinke
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
So. 21.7. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 24.6.
40 €
+ Material

Malen im Schlosspark Wilhelmsthal

Wochenendseminar

Unter individueller Anleitung können die Parkmotive und Ansichten des Schlosses in Aquarell oder Zeichnung umgesetzt werden.
Auch andere Techniken sind willkommen.
Treffpunkt: Hauptparkplatz des Schlosses beim Tor.
Bitte mitbringen: Aquarellausrüstung incl. Wasserglas, Zeichenstifte, Zeichenblock, Anspitzer, Radiergummi, Knetradiergummi, Klapphocker.

K2665
Siegfried Rinke
Calden
Schloß Wilhelmsthal
So. 30.6. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 24.6.
40 €
+ Material

Ausdrucksmalen - Was ist das?

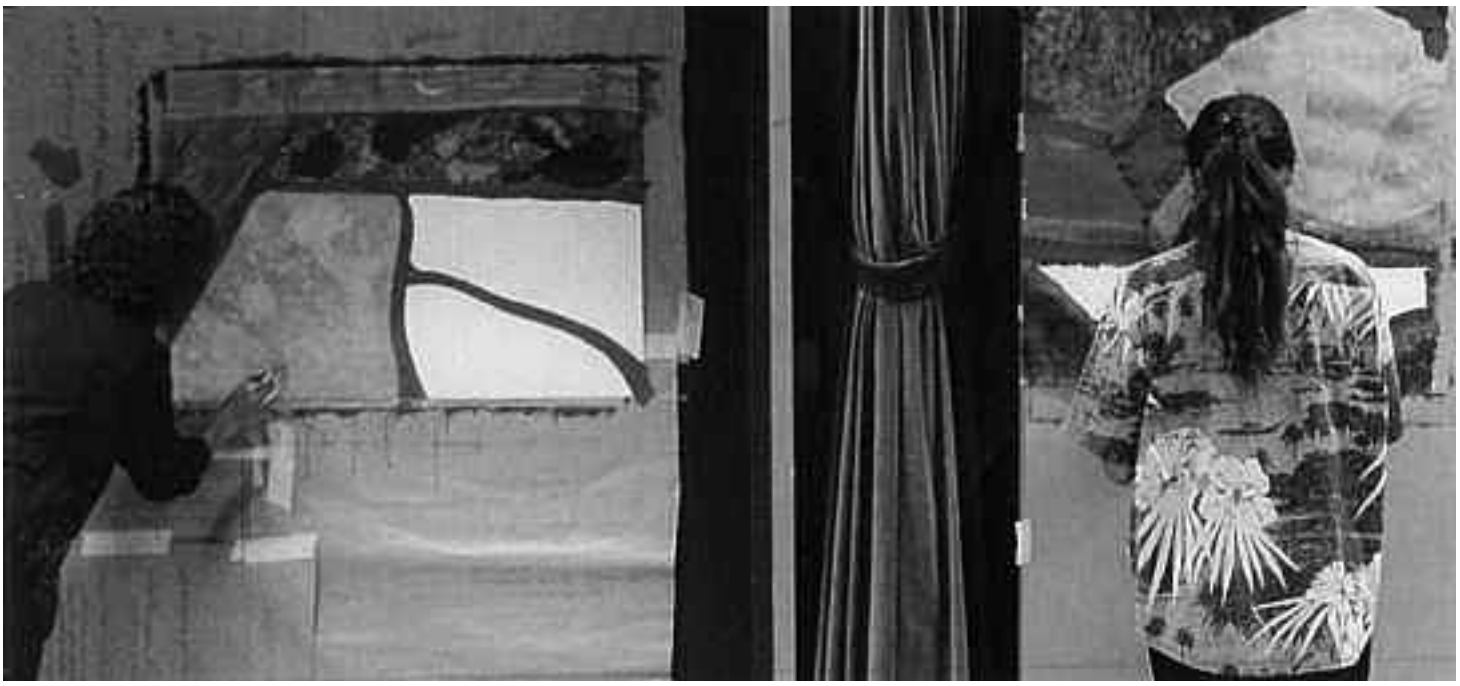
Vortrag

Kreativität ist eine Eigenschaft, die sowohl im Alltag, als auch im Beruf sehr gefragt und von großem Nutzen sein kann.
Im Vortrag über die Methode des Ausdrucksmalens erfahren Sie Wesentliches über die Geschichte, Wirkung und Ausbreitung dieser Technik.

Hannelore Knall
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30
5 €

After-Work-Painting: Ausdrucksmalen

Lassen Sie den Berufsalltag oder das davor Gewesene absichtlich hinter sich. Tauchen Sie ein in den Raum der Farb- und Formenvielfalt! Geben Sie sich voll der Aktivität des Malens hin. Sie haben den Freiraum. Es macht Spaß! Es tut gut!



Hochwertige Pinsel und Papier sind für Sie bereit. Malkittel und Schuhe als Schutz vor der Farbe sind vorhanden. Das Angebot findet auch während der Osterferien statt. Fehlzeiten können nach Absprache nachgeholt werden.

K2671
Hannelore Knall
Kassel
Praxis & Atelier Hannelore Knall, Kleine Rosenstr. 3
Mi. 6.3. / 17:30 - 19:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
96 €
+ Farbe und Papier nach Verbrauch direkt an die Kursleiterin

Ausdrucksmalen für junge Mütter und Väter

Dieses ist ein Angebot für den Zeitraum, wenn Mütter oder Väter Ihr Kind im Kindergarten untergebracht wissen. Nutzen Sie die freie Zeit für sich selbst! Drücken Sie sich aus im Malen! Freude und Spaß am Malen sind die einzigen Voraussetzungen, die Sie mitbringen sollten. Alle Bilder, die entstehen, sind willkommen. Es wird weder bewertet noch analysiert. Hochwertige Pinsel und Papier sind für Sie bereit. Malkittel und Schuhe als Schutz vor der Farbe sind vorhanden. Das Angebot findet auch während der Osterferien statt. Fehlzeiten können nach Absprache nachgeholt werden.

K2672
Hannelore Knall
Kassel
Praxis & Atelier Hannelore Knall, Kleine Rosenstr. 3
Mi. 6.3. / 9:00 - 11:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
96 €
+ Farbe und Papier nach Verbrauch direkt an die Kursleiterin

Ausdrucksmalen

für Frauen

Eine Reise ins Land der Fantasie und Träume, in die vielfarbige Welt der inneren Bilder. Gemalt wird stehend auf großen Formaten im Malatelier, einem geschützten Ort zum Ausprobieren und Verändern. Viele leuchtende Farben und eine große Auswahl Pinsel, Schwämme, Spachteln usw. stehen bereit und laden Sie zum Entdecken der eigenen Ausdrucksmöglichkeiten ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2673
Ulrike Majewski
Kassel
Atelier, Sternbergstr. 61
Di. 26.2. / 19:00 - 22:00 / 7 Termine
14-tägig
Anmeldeschluss 18.2.
87 €
+ 43 € Raum- und Materialkosten an die Kursleitung

Ausdrucksmalen

Tagesseminar

Ein Tag für Menschen, die Spaß daran haben, mit Farben zu experimentieren, und die dem kreativen Spiel mit Farben und Formen Raum geben wollen. Eine große Auswahl an leuchtenden Farben spricht die Sinne an und weckt die Freude am Entdecken der eigenen Ausdrucksmöglichkeiten. Im Atelier wird im Stehen auf großen Formaten gemalt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K2674
Ulrike Majewski
Kassel
Atelier, Sternbergstr. 61
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 1.4.
31 €
+ 15 € Raum- und Materialkosten an die Kursleiterin

Landschaftskompositionen in Acryl

Wochenendseminar

Das leichte Mischen von Acrylfarben und der Gebrauch von Trocknungsverzögerern ermöglichen die Abbildung atmosphärischer Landschaften ähnlich wie in Öl, jedoch mit erheblich kürzerer Trockenzeit. Entdecken Sie die Möglichkeiten der verschiedenen Mischtechniken.

K2676
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Sa. 8.6. und So. 9.6. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 29.5.
78 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Malen mit farbigen Erden

Wochenendseminar

Farbige Erden aus der Region werden jeweils in einer besonderen Technik auf der Leinwand verankert und mit Farbpigmenten, Kohle, Kreide oder Rötel weiter veredelt. Die Bilder können anschließend gerahmt werden - Tipps hierzu werden im Kurs gegeben. Vorkenntnisse in Malerei sind nicht erforderlich. Material ist im Kurs erhältlich.
Bitte Abdeckfolie, Küchenrolle und Schwamm mitbringen sowie auf geeignete Kleidung achten.

K2677
Ursula Porada
Kassel
Atelier KunstKurseKreativ, Sickingenstr. 10, Chasalla-Fabrik
Sa. 15.6. und So. 16.6. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.6.
78 €
+ 15 € Material (vor Ort zu zahlen)

Fresco-Malerei

Wochenendseminar

Wer denkt da nicht gleich an Michelangelo, Leonardo da Vinci, Botticelli oder an berühmte Beispiele wie die Sixtinische Kapelle oder Raffaels Fresko im Vatikan?
Dieser Kurs vermittelt Freskomalerei und die Herstellung und Anwendung von Kasein-Farben.
Individuelle Beratung! Keine Vorkenntnisse nötig!

K2680
Horst von der Wege
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 402
Fr. 26.4. / 19:00 - 21:15
Sa. 27.4. / 10:00 - 18:00
So. 28.4. / 10:00 - 15:45
3 Termine
Anmeldeschluss 12.4.
79 €
+ Materialkosten nach Verbrauch direkt an den Kursleiter

Action Painting mit Musik - Open Air

Austoben auf der XXL-Leinwand

Und ... Action! Machen Sie Jackson Pollock Konkurrenz. Malen Sie sich frei - im Freien. Streifen Sie den Alltag ab und lassen Sie die Farben klecksen, spritzen und verlaufen. Vergessen Sie trockene Theorien. Musik bestimmt den Körperrhythmus, bestimmt Farbe und Form - ohne Ordnung, ohne Grenzen, ohne Vorgaben, ohne Plan.
Die Bilder müssen anschließend erst trocknen und können nach Absprache mit der Kursleitung zu einem späteren Termin abgeholt werden.
Bitte mitbringen: große Flaschen (ca. 500 ml) einfache Abtön- oder Dispersionsfarben in versch. Farbtönen (wir brauchen viel Farbe!), Malerpinsel evtl. Spachtel und Schwämme sowie Einmalhandschuhe, Küchenrollen, Feuchttücher, Wasserbehälter, Malerfolie (2 x 3 m), entspr. Arbeitskleidung, Fön zum Trocknen der Bilder.

K2682
Konstanze Becker
Fuldatal-Simmershausen
Atelier Endlich-Malzeit, Konstanze Becker, Bergbreite 39
Sa. 6.7. / 15:00 - 18:30
Anmeldeschluss 30.6.
19,50 €
+ je nach Größe, ca 15 - 30€ für die Leinwand (vor Ort zu zahlen)

Airbrush

Wochenendseminar

Wer kennt sie nicht - fantasievoll besprühte Wände, Motorradtanks, Autoteile, Handyschalen. Mit Geduld und ruhiger Hand entstehen kleine Kunstwerke mit Hilfe von Schablonen oder nach eigenen Vorstellungen. Sie erhalten eine Einführung in Zeichentechniken und Farbenlehre. Material ist im Kurs erhältlich.

K2683
Nicole Jakobi
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Sa. 20.4. / 10:00 - 17:30
Anmeldeschluss 10.4.
40 €
+ Material 5 € (vor Ort zu zahlen)

Fotografie und Neue Medien

Blickwinkel: Wasser - unsere Lebensgrundlage

Ein fotografisches Portrait in schwarz-weiß

Licht und Schatten, Details, Ursprüngliches und Neues entdecken und mit der Fotokamera festhalten. Mit verschiedenen Belichtungszeiten experimentieren, verschiedene Perspektiven kennenlernen. Ziel ist es, ein fotografisches Portrait zum Thema Wasser in der Stadt, Wasser in der Region, Wasser als Lebensgrundlage, als Energiespender, als Ort der Erholung oder einfach als Faszination zu realisieren. Es besteht die Möglichkeit, über den Kurs hinaus selbst Filme und Fotos im SW-Labor zu entwickeln.

K2701
Sabine Große
Kassel
Atelier Sabine Große, Brandaustr. 10
Sa. 13.4. / 10:00 - 14:00
Sa. 4.5. / 10:00 - 14:00
Sa. 8.6. / 10:00 - 14:00
Sa. 29.6. / 10:00 - 14:00
4 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: 05605-70118
Anmeldeschluss 4.4.
112 €
+ Material

Fotoclub der vhs

- Fotoworkshop
- Bildbesprechung
- Fotospaziergänge
- Digitalfotografie
- Theorie und Praxis

K2702
14-tägig
Ulrich Küthe
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 19.2. / 18:30 - 21:30 / 7 Termine
70 €

7 Tage - 7 Themen

Fotokurs digital und analog

Jeden Freitag ein neues Thema von z.B. Portrait, Landschaft, Architektur bis Sport. Bildbearbeitung digital und Schwarz-Weiß-Labor.
Kamera bitte mitbringen.

K2703
Marion Geisler-Annemüller
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Fotolabor
Fr. 15.2. / 15:00 - 18:00 / 7 Termine
79 €
Materialkosten ca. 10 € nach Verbrauch an die Kursleitung

Architektur im Spiegel der Fotografie

Seminar zur Fotografie

Wochenendseminar

In diesem Seminar wird zunächst an ausgewählten Beispielen das Thema „Architektur" im Spiegel der Fotografie betrachtet. Nach dieser vorbereitenden Einstimmung besteht im Rahmen einer Exkursion die Möglichkeit, das Thema praktisch umzusetzen.
Die Stadt Kassel bietet dafür interessante Möglichkeiten vom Historismus über den Jugendstil bis hin zu zeitgemäßen Formen.
Im Hinblick auf die Fotoausrüstung bestehen keinerlei spezielle Anforderungen; es muss keine digitale Spiegelreflexkamera sein. Für die gemeinsame Reflexion der erstellten Fotografien wäre das digitale Format praktikabler. Dennoch besteht in diesem Kontext auch der Raum für die analoge Fotografie.

K2706
Dr. Ellen Markgraf, Kunsthistorikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Fr. 19.4. / 18:30 - 21:30
Sa. 20.4. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.4.
61 €

Schwarz-Weiß-Dunkelkammer

Wochenendseminar

Sie haben in den zwei Tagen die Möglichkeit, verschiedene Vergrößerungsverfahren der analogen Schwarzweißfotografie im Labor zu erlernen.
Über die konventionelle Entwicklung, das Vergrößern handabgezogener Schwarz-Weiß-Fotos, können an diesem Wochenende Techniken des Färbens, Bleichens, Tonens angewandt werden. Thema sollen auch besondere künstlerische Techniken sein wie das Vergrößern in der Lithentwicklung und das Vergrößern einer Fotoarbeit mit Fotoemulsion.
Schwarzweißnegative bitte mitbringen. Fotomaterialien wie Chemie, Papier, Emulsion, etc. werden per Umlage berechnet.

K2707
Dit Coesebrink
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Fotolabor
Sa. 11.5. und So. 12.5. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 29.4.
75 €
Materialkosten ca. 20- 30 € pro Person je nach Bedarf an den Kursleiter.

Woche der sibirischen Kultur in Kassel

vom 24.06.13 bis 29.06.13

Lernen Sie dieses weite und faszinierende Land kennen, direkt in Kassel.

Eine Fotoausstellung,
sibirische Traditionen (Erzeugnisse aus Birkenrinde, Teezeremonie mit dem Samowar),
ein Film,
ein Literatur- bzw. Kulturvortrag,
eine psychodramatische Begegnung mit Sibirien,
und ein kleines Konzert russischsprechender Kinder aus Kassel sowie
Treffen mit Sibiriern

erwarten Sie.

Weitere Informationen auf unserer Homepage, in der Zeitung und in Flyern.

Fotowoche Sylt

Landschafts- und Makrofotografie pur

Kleingruppe

Für Anfänger in der Naturfotografie oder schon Fortgeschrittene: Täglich werden zu jeder Tageszeit mindestens ein bis zwei Fotosessions durchgeführt; die können schon vor Sonnenaufgang beginnen oder spät nach Sonnenuntergang enden.
Geplant sind Landschafts-, Makro- und unter günstigen Wetterbedingungen auch Tierfotografie, beispielsweise bei einem Ausflug zu den Robbenbänken (Transfer nicht im Preis).
Geübt werden die naturfotografischen Grundtechniken und Gestaltungsgrundlagen, wie das Einfrieren von Wasser oder das Fließenlassen, Wolken in Bewegung und vieles mehr.
Bildbearbeitung und -verwaltung werden mittels der Software zur Bildbearbeitung Adobe Photoshop Lightroom behandelt. Der fotografische Blick für optimale Bildergebnisse wird zur positiven Bildkritik seitens der Kursleitung weiter geschult.
Mitzubringen: Kamera (optimal Spiegelreflex), Objektive für die Landschafts-, Makro- und gegebenenfalls Tierfotografie, der Witterung entsprechende Kleidung, Stativ.

K2710
Stephan Rech
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 21.4. / 8:00 - 18:00 / 8 Termine
Kleingruppenpreis für maximal acht Teilnehmende mit Unterbringung im Einzelzimmer!
Preis pro Person im Doppelzimmer, nach Verfügbarkeit: 695,00 Euro.
Anmeldeschluss 22.2.
739 €
Nach Möglichkeit bitte eigenes Notebook mitbringen!

Stephan Rech: Tierfotografie

vhs-Ausstellung

Ausstellungseröffnung am 1. Februar, 15:00 Uhr.
Seine Tierbilder sind nicht nur seinen dankbaren vhs-Schülern bekannt! Jetzt öffnet der begeisternde Foto-Lehrer seine Schatzkiste, und zeigt Meisterwerke aus seinen bevorzugten Motivgruppen:
Landschaftsfotografie, Tierfotografie und die Welt im Kleinen - Markrofotografie.

K2711
Stephan Rech
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22
Fr. 1.2. - 1.7. / 8:30 - 18:00
gebührenfrei

Tierfotografie im Tierpark Sababurg

Wölfe im Winter

Wochenendseminar

Der Wolf: Eiskalter Blick, dampfender Atem bei eisiger Kälte- das Traummotiv eines jeden Tierfotografen. Der Tierpark Sababurg bietet im Winter häufig die Möglichkeit, zu diesen Fotos zu kommen. Ein weiteres Traummotiv ist der dort an einigen Stellen recht gut zu fotografierende Luchs.
Um zu aussagekräftigen Bildern zu kommen, ist ein Teleobjektiv mit mindestens 300mm Brennweite nötig. Unter Beachtung der gestalterischen Möglichkeiten in der Tierfotografie entstehen gute Winterfotos: Tierporträts, Tiere in der Gruppe, Tiere in Bewegung sind nur einige der Dinge, die vermittelt werden. Dazu gibt es viele Tipps für die als Schwerpunkt behandelten tierfotografischen Grundlagen. Eine individuelle „positive Bildkritik" - Lernen am eigenen Bild - wird seitens der Kursleitung während des Kurses angeboten.
Geeignet für anspruchsvolle Hobbyfotografen mit einer analogen oder digitalen Kamera. Sichere Handhabung der eigenen Kamera wird vorausgesetzt.

K2712
Stephan Rech
Hofgeismar
Sababurg, Sababurg 1
Sa. 2.2. / 10:00 - 17:30
Kleingruppe mit maximal sechs Teilnehmenden!
Anmeldeschluss 22.1.
95 €
+ Eintritt Tierpark
+ Optional: Skript 15 € oder/und CD mit Herstellertipps und Programmen für 5 €
Nach Möglichkeit bitte eigenes Notebook mitbringen!

Tierfotografie im Tierpark Sababurg - Aufbaukurs

Intensive Tierfotografie in der Kleingruppe

Wochenendseminar

Im Aufbaukurs werden die tierfotografischen Grundlagen aufbereitet, bevor diese auf fortgeschrittene Fototechniken in der Tierfotografie ausgeweitet werden.
Die Kleingruppe arbeitet intensiv an den Themen perfektes Tierporträt, kreative Fototechniken wie Wischer- und Mitziehtechniken und Actionfotografie während der Flugshow der Greifvögel. Das lässt das Herz jedes Tierfotografen höher schlagen und füllt den Kamerachip schon nach kurzer Zeit mit beeindruckenden Bildergebnissen.
Themen der Bildkomposition und Tipps zur richtigen Ausrüstung geben wertvolle Hinweise für zukünftige Fotoexkursionen. Um zu aussagekräftigen Bildern zu kommen, ist ein Teleobjektiv mit mindestens 300mm Brennweite nötig. Eine individuelle „positive Bildkritik" - Lernen am eigenen Bild - wird während des Kurses an beiden Tagen angeboten und so der Blick für die Erstellung eines aussagekräftigen Bildes nochmals geschärft. Geeignet für anspruchsvolle Hobbyfotografen, die bereits den eintägigen Grundkurs besucht haben und sich intensiver mit der Tierfotografie beschäftigen möchten.

K2713
Stephan Rech
Hofgeismar
Sababurg, Sababurg 1
Sa. 23.3. und So. 24.3. / 10:00 - 17:00
Kleingruppe mit maximal sechs Teilnehmenden!
Anmeldeschluss 7.3.
165 €
+ Eintritt Tierpark.
Ein Seminarskript ist im Preis enthalten.
Nach Möglichkeit bitte eigenes Notebook mitbringen!

Digitale Bildbearbeitung mit Adobe® Photoshop® Lightroom®

Wochenendseminar

Adobe® Photoshop® Lightroom® ist die Komplettlösung für die moderne Digitalfotografie. Mit minimalem Aufwand und maximaler gestalterischer Kontrolle können Bilder mit Stil und Aussagekraft erstellt werden.
Eine optimale Betreuung und hohen Lernerfolg vermittelt die Kleingruppenarbeit mit der Software
Lightroom®, dem „Schweizer Taschenmesser" zur Bildbearbeitung. Schnell erlernbar ist, wie einfach Bilder auf den PC importiert und sinnvoll verwaltet werden - und diese auch nach Jahren noch ganz einfach wiederzufinden sind.
Wie man eigene Fotos bearbeitet, kleinere Fehler repariert und Bilder optimiert, lernen die Kursteilnehmer/-innen ebenso, wie diese druckreif zu gestalten und auf dem eigenen Drucker perfekt auszudrucken. Die Möglichkeiten zur Erstellung eines eignen Fotobuches oder der Präsentation der Bilder auf der eigenen Homepage oder in eigenen Diashows werden mit dieser Software zum Kinderspiel. Vom Bildimport bis zum perfekt optimierten Bild - für Fotografen, die ihre Zeit lieber mit dem Bilder machen verbringen und nach einer einfachen Komplettlösung auf anspruchsvollem Niveau suchen.

K2714
Stephan Rech
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
Kleingruppe mit maximal sechs Teilnehmenden!
Anmeldeschluss 19.3.
95 €
Ein Seminarskript ist im Preis enthalten.
Nach Möglichkeit bitte eigenes Notebook mitbringen!

Märchenhafte Fotografie

Digitale Fotografie und Bildbearbeitung

Wochenendseminar

Wo könnte man den Zauber der Märchen besser ins Bild bannen als im Reinhardswald? Da, wo Rapunzel ihr Haar herunter lässt, und nächtens der gar nicht böse Wolf heult!
Alten Baumriesen hat sich ihr Alter tief in die Gestalt eingearbeitet, stille Wässer spiegeln und täuschen den Betrachter, Farne und Blumen wiegen sich im April-Licht. Der Kreative lernt, mehr in ihnen zu sehen - und es im Bild auszudrücken. Märchen und Sagen werden so in der Fotografie umgesetzt. Neben dem Motiv Wald werden besondere Sagenorte aufgesucht und fotografiert.
Dem Fotospaziergang am Samstag folgt das Erlernen der Bearbeitung der eigenen Fotografien mit Photoshop-Elements Version 11 am Sonntag in der vhs in Hofgeismar.

K2715
Andreas Gütter
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 108
Sa. 20.4. / 10:00 - 12:00
Sa. 20.4. / 12:15 - 17:00
So. 21.4. / 9:00 - 17:00
2 Termine
Anmeldeschluss 9.4.
77 €

Sind nachts wirklich alle Katzen grau?

Digitale Nachtfotografie und Bildbearbeitung

Wochenendseminar

Die blaue Stunde, die Zeit zwischen Sonnenuntergang und absoluter Dunkelheit, bietet dem Fotografen eine Zeit, die Stadt in einer ganz besonderen Stimmung zu fotografieren. Die unterschiedlichen Farbkontraste (Blau des Himmels, Orange der Glühbirnen, Türkis der Leuchtstoffröhren) machen solche Fotos ungewöhnlich bunt.
Aber auch das Fotografieren bei Dunkelheit bietet die Möglichkeit, in einen besonderen Bereich der Fotografie vorzustoßen. Das Arbeiten mit dem Stativ, die richtige Einstellung der Kamera und die Suche nach guten Nachtmotiven bilden hier einen Schwerpunkt. Am folgenden Tag werden Ihre eigenen Bilder mit Photoshop Elements bearbeitet, um ihnen den letzten Schliff zu geben.

K2716
Andreas Gütter
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 26.4. / 19:30 - 22:30
Sa. 27.4. / 9:00 - 16:00
2 Termine
Bitte Kamera und Stativ mitbringen.
Anmeldeschluss 17.4.
71 €

Makrofotografie im Botanischen Garten Kassel

Die Kleine Welt im Bild

Wochenendseminar

Die Blumen- und Pflanzenwelt bietet Einsteigern in die Makrofotografie eine Fülle von Motiven - eine faszinierende Welt der kleinen Dinge, die es fotografisch zu erschließen gilt. Der Einstieg in die Welt des Kleinen erfolgt in einer Kleingruppe.
Grundsätzliches zur Makrofotografie wird anhand von Bildbeispielen aufgezeigt und erläutert. Der Zeitrahmen mit der Theorie vorab lässt viel Zeit zur praktischen Umsetzung. Dadurch werden auch für den Anfänger eindrucksvolle Makrofotos möglich. Aufgabenstellungen zu verschiedenen Themen der Makrofotografie, vor allem Pflanzen und zu den hier allgegenwärtigen Insekten runden einen spannenden Fototag ab. In einer abschließenden, individuellen „positiven Bildkritik" geht es ums Lernen am eigenen Bild und das Schärfen des Blicks für die fotografischen Möglichkeiten für aussagekräftige, ästhetisch anspruchsvolle Bilder.
Geeignet für Einsteiger und Hobbyfotografen mit einer analogen oder digitalen Kamera. Voraussetzung: Eine digitale Bridgekamera, optimal Spiegelreflexkamera, ein Objektiv mit Makrofunktion oder ähnlichem, optimal ein Makroobjektiv oder Zwischenringe, Nahlinsen.

K2717
Stephan Rech
Kassel
Botanischer Garten, Bosestr. 15
Sa. 4.5. / 8:00 - 15:00
Anmeldeschluss 24.4.
95 €
Ein Seminarskript ist im Preis enthalten.
Nach Möglichkeit bitte eigenes Notebook mitbringen!

Fachwerk und Pixel

Digital fotografien - Das Basisseminar

Wochenendseminar

Das Stadtbild mit seiner geschlossenen Fachwerkbebauung und den auf den ersten Blick geometrischen, gleichwohl filigranen und vielfältigen Linienführungen ist ein beliebtes Fotomotiv. Trifft es auf das strahlende Frühjahrslicht, entsteht ein starkes Spiel der Kontraste. Und mit dem bunten Treiben in den Gassen ist die Lichtbildnerei ein Vergnügen. Technisch stehen zunächst die Fähigkeiten der Digitalkamera im Vordergrund, die dann in den Bildaufbau überleiten. Am Folgetag gibt es eine Einführung in die einfache Bildbearbeitung und Präsentation. Dieses Seminar richtet sich vor allem an diejenigen, die Spaß am Fotografieren haben und für die die Technik nicht im Vordergrund steht. Es werden einfache Wege gezeigt, die zu einem guten Foto führen. Kameraeinstellungen, Bildaufbau und grundlegende Bildbearbeitung bilden den Schwerpunkt dieses Seminars. Besonders für Anfänger geeignet. Die vhs in Hofgeismar ist mit mit Photoshop elements Version 11 ausgestattet! Die Anreise nach Hann. Münden ist von Kassel auch mit der Bahn annähernd halbstündlich gut möglich.

K2718
Andreas Gütter
Hann. Münden
Historisches Rathaus
Sa. 11.5. / 10:00 - 14:00
So. 12.5. / 9:30 - 17:00
2 Termine
Anmeldeschluss 30.4.
71 €

Videokurs: Schnitt im Kopf

Methoden gegen Materialfülle

Wie bringen wir Ordnung in unser gedrehtes Filmmaterial und wie planen wir unsere nächsten Urlaubsdrehs besser? Methoden der Redaktion und Konzeption (Idee, Dramaturgie, Story, Gestaltung). Wir bereichern unser Material durch externe Quellen wie Internet und CD. Auch für Neueinsteiger geeignet.
In Kooperation mit Terramedial Filmproduktion Wiesbaden
www.terramedial.de

K2720
Ulf Staeger, Norbert Hobrecht
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Fr. 15.2. / 17:00 - 20:00 / 5 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
70 €

Plastisches Gestalten

Skulpturen aus Stein

Thüster Kalkstein dient als Ausgangsmaterial für die Skulpturen. Zwei unterschiedliche Arbeitsweisen sind möglich:
1. Während der Bearbeitung des Steines entwickelt sich eine Idee und wird in den Stein übertragen.
2. Anhand von Zeichnungen, Fotos oder kleinen Modellen erhält der Stein seine Form. Der Bildhauerkurs erfordert weder Vorkenntnisse noch großen Kraftaufwand und ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.
Bitte robuste Kleidung und feste Schuhe mitbringen. Bei schönem Wetter kann draußen gearbeitet werden.
Treffpunkt: Atelier Wolfhager Str. 109, Pförtnerhaus Ecke Mombachstraße (Mobil: 0171- 1 508 445).

K2770
Grundkurs
Ruth Lahrmann
Kassel
Atelier Wolfhager Str. 109 (ehem. Thyssen-Henschel)
Di. 9.4. / 18:00 - 20:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 27.3.
125 €
+ ca. 42 € für Werkzeug-, Raumnutzung und Material nach Verbrauch an die Kursleitung

K2772
Wochenendseminar
Ruth Lahrmann
Kassel
Atelier Wolfhager Str. 109 (ehem. Thyssen-Henschel)
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
80 €
ca. 30 € für Werkzeug-, Raumnutzung und Material nach Verbrauch an die Kursleitung

Steinbildhauerei im Garten Niederurff

Kooperation mit der Alten Pfarrei Niederurff

Wochenendseminar

Der Steinbildhauer Berndt Johannsen freut sich, im ArtGarten in Niederurff sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene in kleiner Gruppe mit dem Stein und seinen künstlerischen Ressourcen bekannt zu machen. Es entstehen Formen und Projekte in Stein!
Die Kursgebühr umfasst auch die Nebenkosten für Steine und Werkzeuge, die gestellt werden.

K2775
Berndt Johannsen
Bad Zwesten
Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3
Sa. 29.6. und So. 30.6. / 10:30 - 16:30
Weitere Informationen und Direktanmeldung beim Künstler, telefonisch. Tel: 06451-9630
80 €

K2776
Berndt Johannsen
Bad Zwesten
Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3
Sa. 20.7. und So. 21.7. / 10:30 - 16:30
Weitere Informationen und Direktanmeldung beim Künstler, telefonisch. Tel: 06451-9630
80 €

K2777
Berndt Johannsen
Bad Zwesten
Alte Pfarrei Niederurff, Parkstr. 3
Sa. 24.8. und So. 25.8. / 10:30 - 16:30
Weitere Informationen und Direktanmeldung beim Künstler, telefonisch. Tel: 06451-9630
80 €

Neue Nanas - weiblicher Wandschmuck

Wochenendseminar

Auch die sinnlich-bunten Nanas von Nicki de St. Phalle gaben ihrer Lebensfreude Ausdruck, indem sie die Wände erklommen. Die Herstellung aus Styropor, Zeitung und Kleister wird dabei stark vereinfacht, da kein räumliches Denken erforderlich ist. So entstehen an zwei Nachmittagen wunderbar weibliche Frauenfiguren, die über unsere Wände tanzen.
Bitte mitbringen: Schürze, Fön und Zeitung.

K2752
Ute Dib
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 16.3. / 13:00 - 18:15
So. 17.3. / 13:00 - 17:30
Anmeldeschluss 7.3.
55 €
+ ca. 6 € für Material (vor Ort zu zahlen)

Nanas - Plastisches Gestalten auf Sylt

Auf den Spuren weiblicher Kraft

Kompaktkurs

Lassen Sie sich von der faszinierenden Inselatmosphäre inspirieren und Ihren schöpferischen Kräften freien Lauf. Mit Styropor, Kleisterpapier, Farben und viel Phantasie entstehen in Anlehnung an die leuchtend bunten Nana-Figuren der Künstlerin Niki de St. Phalle eigene Plastiken. Man bekommt so einen ganz persönlichen Zugang zu diesen urweiblichen Frauengestalten. Verbunden mit entsprechenden Hintergrundinformationen (Film, Vortrag) wird eine Annäherung an das Leben der außergewöhnlichen Künstlerin unternommen. Abgerundet wird das Programm durch begleitende Bewegungs- und Entspannungs-Übungen.

K2666
Ute Dib
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
Mo. 8.4. - Mo. 15.4. / 8:00 - 13:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 20.2.
391 €
Leistungen: Ü/DZ/VP, Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 €, Material, Anreise (Gruppenticket Bahn ca. 85 €)
Nach Kursbestätigung ist eine Anzahlung von 150 € zu leisten.

Nanas + Skinnies

Skulpturen nach Arbeiten von Niki de Saint Phalle

Wochenendseminar

Auf den Spuren weiblicher Kraft.
Angeregt durch die Arbeiten von Niki de Saint Phalle werden wir Frauenfiguren entwerfen und bauen, die so üppig und farbenfroh wie ihre Vorbilder sind.
Auf ein Gerüst aus dickem Draht werden Füllmaterial und Gips aufgetragen. Die dünnen Skinnies werden in etwas vereinfachter Technik mit Draht, Gipsbinden und Gips hergestellt. Bei diesen Figuren können Metallelemente, Glas und anderes eingearbeitet und mit der Figur kombiniert werden. Diese Technik bietet Freiraum für eigene kreative Ideen. Zum Abschluss erhält die Figur ihre farbenfrohe Bemalung. Alternativ kann auch mit einem Styroporkern gearbeitet werden, der mit Pappmaché umklebt wird. Durch diese Arbeitstechnik und eine Endbehandlung mit witterungsbeständigem Bootslack können Figuren für den Außenbereich hergestellt werden. Der Zeitrahmen ermöglicht die Fertigstellung einer Figur.

K2754
Kordula Klose
Calden-Fürstenwald
Atelier Kordula Klose, Bahnhofstr. 34
Fr. 28.6. und Sa. 29.6. / 12:00 - 19:00
Anmeldeschluss 19.6.
75 €
+ Material und Werkstattnutzung (ca. 15 € vor Ort zu zahlen)

Holz ist Kunst-Stoff

Holzbildhauerei Grund- und Aufbaukurse

Nach eigenen Entwürfen entstehen naturalistische und abstrakte Formen, Gesichter, Skulpturen. Inspirierend wirken dabei Art, Form und Größe der vorhandenen Stammstücke. Durch den sinnlichen und theoretischen Umgang mit diesem dynamischen Material kann die Begeisterung für Holz und die Bildhauerei entdeckt werden. Sowohl die Handhabung mit Bildhauerwerkzeugen als auch Wissenswertes über den Wert- und Werkstoff Holz werden anschaulich vermittelt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Werkzeuge und Material sind im Kurs vorhanden.

K2762
Christine Ermer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Mo. 18.2. / 15:45 - 18:00 / 10 Termine
84,50 €
+ 19 € Werkzeugnutzungs- und Materialkosten an Kursleitung

K2763
Christine Ermer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Mo. 18.2. / 18:00 - 20:30 / 10 Termine
84,50 €
+ 19 € Werkzeugnutzungs- und Materialkosten an Kursleitung

K2765
Wochenendseminar
Christine Ermer
Hofgeismar
Herwig-Blankertz-Schule, Holzwerkstatt, Magazinstr. 23
Fr. 8.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 9.3. / 11:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 22.2.
79,50 €
+ 14 € Werkzeugnutzungs- und Materialkosten an die Kursleitung

K2767
Wochenendseminar
Christine Ermer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Fr. 14.6. / 18:00 - 21:00
Sa. 15.6. / 11:00 - 18:00
So. 16.6. / 10:00 - 17:00
3 Termine
Anmeldeschluss 31.5.
79,50 €
+ 14 € Werkzeugnutzungs- und Materialkosten an die Kursleitung

Holz ist Kunst-Stoff

Holzbildhauerei auf dem Dörnberg

Sommerakademie

Am Fuß des sagenumwobenen Dörnbergs (Nähe Kassel) im herrlichen Naturpark Habichtswald befinden sich die Seminar- und Ausstellungsräume des "Zentrum Helfensteine". Dort wird im Sommer 2013 eine Akademie für Holzbildhauerei stattfinden. Die Kursleiterin und Bildhauerin Christine Ermer unterstützt die Teilnehmer in der Umsetzung ihrer eigenen Ideen und es entstehen abstrakte oder naturalistische Formen, Gesichter und Reliefs aus diesem dynamischen Material. (Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.)
Auch Theoretisches über den Wertstoff Holz und die Werkzeuge werden anschaulich vermittelt. Eine kleine Wanderung wird angeboten und als Abendprogramm können Filme über Bildhauer/innen angesehen werden.
Das "Zentrum Helfensteine" bietet Übernachtungen und Vollverpflegung in angenehmer Parklandschaft zu günstigen Preisen.
Übernachtung und Verpflegung bitte direkt im "Zentrum Helfensteine" buchen.
Anmeldung (Übernachtung und Verpflegung):
Zentrum Helfensteine
www.helfensteine.de/info@helfensteine.de
Auf dem Dörnberg 13, 34289 Zierenberg
Tel. : 05606-533532 (auch AB), Ursula Zeuch
Übernachtung, Verpflegung, Materialkosten und Werkzeug-Leihgebühr sind nicht im Seminarpreis enthalten.

K2769
Christine Ermer
Dörnberg
Zentrum Helfensteine, 34289 Zierenberg
Do. 1.8. / 14:00 - 18:00
Fr. 2.8. / 9:30 - 18:00
Sa. 3.8. / 9:30 - 18:00
So. 4.8. / 9:30 - 18:00
Mo. 5.8. / 9:30 - 18:00
Di. 6.8. / 9:30 - 18:00
Mi. 7.8. / 9:30 - 11:00
7 Termine
Anmeldeschluss 10.6.
300 €
+ 18 € Materialkosten und Werkzeugleihgebühr direkt an die Kursleitung

Handwerkliches Gestalten

Metallskulpturen - Nützliches und Skurriles

Wochenendseminar

Fundstücke aus der Schrottkiste und Metallverarbeitung sind die Baumaterialien für frei gestaltete Skulpturen. Es wird gehämmert, gesägt, geschweißt oder gelötet. Bildhauerische und formale Fragestellungen wie Form, Proportion, Statik und Bewegung werden spielerisch umgesetzt. Ob figürlich oder abstrakt, ob als Kunst- oder Gebrauchsgegenstand (Rankgerüste für Pflanzen, Windspiel im Garten) - der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Material ist im Kurs erhältlich.
Bitte mitbringen falls vorhanden: Schrott-Schätze zur Verarbeitung .

K2780
Kordula Klose
Calden-Fürstenwald
Atelier Kordula Klose, Bahnhofstr. 34
Fr. 24.5. und Sa. 25.5. / 12:00 - 19:00
Anmeldeschluss 4.3.
82 €
+ Material und Werkstattnutzung (ca. 20 € vor Ort zu zahlen)

Gefäße, Töpfe, Schalen

Grund- und Aufbaukurs Töpfern

Wir fertigen Gefäße jeder Art - von kleinen zarten dünnwandigen bis hin zu individuell gestalteten Urnen.

K2801
Jorgos Papazissis
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Mi. 13.2. / 18:00 - 20:15 / 10 Termine
85 €
beinhaltet 10 € Brennkosten,
Materialkosten werden je nach Verbrauch mit dem Kursleiter abgerechnet.

Töpfern

Aufbaukeramik, Modellieren und erste Versuche

Eine Einführung in Grundtechniken der Aufbaukeramik und des Glasierens sowie eine individuelle Beratung für Einsteiger und Fortgeschrittene.
Eigene Ideen verwirklichen oder mit Hilfe von Vorlagen verschiedenste Gegenstände für Haus oder Garten gestalten: Ob Pflanzgefäße, Hausschilder, Windspiele oder etwas anderes geformt werden soll - Sie bekommen fachgerechte Anleitung und werden bei individuellen Gestaltungsprozessen unterstützt. Die erstellten Werkstücke können mit diversen Glasuren und Engoben dekoriert werden.

K2805
Laura Grass-Zabel
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mi. 13.3. / 19:00 - 21:15 / 7 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
65 €
+ Material und Brennkosten

Töpfern an der Drehscheibe

Anfänger erlernen hier das Drehen kleinerer Gefäße (Zentrieren, Drehen, Abdrehen, Henkeln, Glasieren). Die Fortgeschrittenen können sich an das Drehen größerer Schalen, Teller, Deckelgefäße, Krüge und Vasen wagen. Es werden Anregungen zur Oberflächengestaltung der Stücke gegeben, diese können mit Ritzen, Rändern und Stempeln unter Verwendung von Engoben und Glasuren gestaltet werden.

K2806
Laura Grass-Zabel
Kassel
Freie Waldorfschule, Werkstätten, Brabanter Str. 47
Do. 14.3. / 19:30 - 22:00 / 6 Termine
Beratung durch die Kursleiterin: 0561-3160989
Anmeldeschluss 1.3.
74 €
incl. Raummiete
+ Material nach Verbrauch
+ Brennkosten, ca. 4 €

Töpferwochenende an der Drehscheibe

Wochenendseminar

In der fachmännisch eingerichteten Töpferei erlernen Anfänger/-innen die Grundbegriffe des Drehens an der Töpferscheibe. Der geschmeidige Ton reagiert sofort auf jede Bewegung der formenden Hände: Erste kleine Vasen und Schalen entstehen. Erlernt wird die traditionelle Art der gezogenen Henkel für Tassen und Krüge, das „Abdrehen", das heißt die Bodenbearbeitung am lederharten Gefäß, und vieles mehr.
Fortgeschrittenen vermitteln die Töpfer Griffe und Handstellungen für ausladende Schalen, hohe Gefäße und allerlei Kniffe aus dem Werkstatt-Alltag.
In der Kleingruppe findet jeder Teilnehmende die Aufmerksamkeit der Anleitenden. Bitte Schürze und Handtuch mitbringen. Am 2. Samstag folgt das Glasieren; der Termin wird von der Gruppe festgelegt.

K2808
Hans-Ulrich Geß
Bad Karlshafen-Helmarshausen
Töpferei Geß, Gottsbürener Str. 15
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:00
So. 17.3. / 10:00 - 16:00
Sa. 23.3. / 13:00 - 15:15
3 Termine
Anmeldeschluss 6.3.
142 €
Inkl. Werkstattnutzung und Imbiss
+ Ton 7 € /kg Material- und Brennkosten

K2809
Hans-Ulrich Geß
Bad Karlshafen-Helmarshausen
Töpferei Geß, Gottsbürener Str. 15
Sa. 6.4. / 10:00 - 16:00
So. 7.4. / 10:00 - 16:00
Sa. 13.4. / 13:00 - 15:15
3 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
142 €
Inkl. Werkstattnutzung und Imbiss
+ Ton 7 € /kg Material- und Brennkosten

Mosaik-Workshop

Wochenendseminar

Lassen Sie sich durch die Zusammenstellungen verschiedener Farben und Materialien wie Keramikfliesenbruch, Porzellanscherben, Kieselsteinen, Muscheln, Spiegelbruch inspirieren. Ein Mosaik ist immer ein langlebiger Blickfang. Mögliche Objekte, die während des Kurses entstehen können, sind Tischplatten, Spiegelrahmen, Wanddekorationen, Schalen u.v.m. Fragen zu individuellen Wünschen, Werkzeug und Materialien klären wir in einer Vorbesprechung. Der Kurs eignet sich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene, die gerne kompliziertere Techniken ausprobieren möchten. Überdies erhalten Sie einen kurzen Einblick in die Geschichte dieser traditionsreichen Kunst.
Bei dem Vorbesprechungstermin erhalten Sie eine Materialliste.

K2812
Katrin Limmeroth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Do. 28.2. / 18:00 - 19:00 (Material-Vorbesprechung)
Sa. 9.3. / 9:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 14:00
3 Termine
Anmeldeschluss 20.2.
77 €
+ ca. € 10 Materialkosten, je nach Verbrauch an die Kursleitung

Goldschmieden

Kreatives Schmuckgestalten

Wochenendseminare

Wenn Sie glauben, Schmuck herstellen könnte Ihnen Spaß machen, ist dieser Kurs richtig. Geeignet für handwerklich talentfreie und mehr oder weniger blutige Anfänger/innen. Wir erarbeiten in handwerklich gediegenen Techniken: Ringe, Ohrschmuck, Kettenanhänger u.v.m. Neben Kupfer und Messing gibt es Silber, edle Hölzer und Kunststoff zum Designen und Werkeln. Edelsteine zum Fassen bringt der Kursleiter mit.

K2820
Wochenendseminar
Anton Zahradnik
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 4.3.
80 €
Die Materialkosten (ca. 30 € Minimum) richten sich nach dem persönlichen Verbrauch und sind direkt mit dem Kursleiter abzurechnen.

K2821
Wochenendseminar
Anton Zahradnik
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 1.4.
80 €
Die Materialkosten (ca. 30 € Minimum) richten sich nach dem persönlichen Verbrauch und sind direkt mit dem Kursleiter abzurechnen.

K2822
Wochenendseminar
Anton Zahradnik
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 15.4.
80 €
Die Materialkosten (ca. 30 € Minimum) richten sich nach dem persönlichen Verbrauch und sind direkt mit dem Kursleiter abzurechnen.

K2823
Wochenendseminar
Anton Zahradnik
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Sa. 25.5. und So. 26.5. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 13.5.
80 €
Die Materialkosten (ca. 30 € Minimum) richten sich nach dem persönlichen Verbrauch und sind direkt mit dem Kursleiter abzurechnen.

Kunst-Schmieden

Grundkurs

Wochenendseminar

Die Faszination des Feuers, das glühende Eisen, der singende Amboss: Das ist Schmieden - Mythos eines uralten Handwerkberufs. Heute ist diese Kunst zu 70% Kopfarbeit, zu 30% Kraft. Im Kurs geht es darum, behutsam mit dem kalten Material Eisen „warm zu werden". Am Ende können selbstgefertigte Stücke wie Wikingermesser, Schlüsselanhänger und Grillspieß mit nach Hause genommen werden.
Für Rückfragen und Wegbeschreibung: Tel. 0175 -7 925 040.

K2825
Kristian Marx, Iris Speck
Hann. Münden-Hemeln
Schmiede, Marienkirchstr. 5
Fr. 15.3. / 17:00 - 20:30
Sa. 16.3. / 11:00 - 18:00
So. 17.3. / 11:00 - 16:00
3 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
100 €
+ 15 € Materialkosten an die Kursleitung

Messer-Schmieden

Aufbaukurs

Wochenendseminar

Es wird auf altertümliche Art ein Messer mit der Hand geschmiedet und anschließend im offenen Feuer gehärtet.
Grundkenntnisse der Techniken und Wärmebehandlung werden besprochen und auch kurz das Verbinden verschiedener Stähle durch Feuerverschweißen (Damast) vorgestellt .
Grundkenntnisse im Schmieden (z.B. durch Teilnahme am Grundkurs) werden erwartet .
Dieser Kurs ist ausdrücklich für Frauen und Männer geeignet!
Für Rückfragen und Wegbeschreibung: Tel. 0175-7 925 040.

K2826
Kristian Marx, Iris Speck
Hann. Münden-Hemeln
Schmiede, Marienkirchstr. 5
Fr. 3.5. / 17:00 - 20:30
Sa. 4.5. / 11:00 - 18:00
So. 5.5. / 11:00 - 16:00
3 Termine
Anmeldeschluss 22.4.
100 €
+ 25 € Materialkosten an die Kursleitung

Messerschärfkurs

„Endlich scharfe Messer"!

Tagesseminar

Ziel des Kurses sind Grundlagen und Grundfähigkeiten des Messerschärfens mit dem Bankstein zu vermitteln. Er wendet sich gleichermaßen an ambitionierte Köche und Köchinnen wie auch an alle, die ein Taschenmesser schärfen oder die andere Messer nutzen.
Themen sind u.a:
- Kleine Materialkunde - was ist scharf, was ist stumpf?
- Werkstoffe und Wärmebehandlungen und ihre Auswirkungen auf das Schärfen
- Klingen und Schneidegeometrie
Bitte mindestens 5 stumpfe Messer mitbringen, evtl. auch genutzte Schärfmittel. Weitere Informationen: www.derdamastschmied.de

K2829
Burkhard B. Wittig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
Sa. 16.3. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 4.3.
23 €
+ ca. 10 € Materialkosten nach Verbrauch an Kursleitung

K1748 „Heimwerken von Anfang an" Tipps und Tricks, Seite 29

Bogenbau für Erwachsene

Der Holzbogen

Wochenendseminar

Biegsame, elastische Hölzer haben den Menschen zum Bau des Bogens inspiriert. Über Jahrtausende wurde die Kunst des Bogenbaus verfeinert.
In zwei Tagen wird ein Bogen aus Hickoryholz gefertigt - nach bewährter Art. Dabei wird hauptsächlich mit Raspel und Ziehklinge gearbeitet.
Von der Erarbeitung eines persönlichen Bogens geht eine ganz besondere Faszination aus. Die Anspannung weicht großer Freude, wenn von diesem Bogen die ersten Pfeile fliegen werden!

K2835
Dieter Schauberick
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Fr. 31.5. / 17:00 - 21:30
Sa. 1.6. / 10:00 - 18:00
2 Termine
Informationen direkt beim Kursleiter: 06693 - 1547
Anmeldeschluss 14.5.
77 €
+ Material: 130 € vor Ort zu zahlen

Ikebana

- die japanische Kunst des Blumenarrangierens

Die moderne japanische Sogetsu-Schule mit ihren Regeln ist die Basis, hier steht die Kreativität im Vordergrund. Bei der Gestaltung erfolgt eine sparsame Verwendung der Materialien und dadurch ein Hervorheben der spezifischen Wuchsformen und Oberflächenstrukturen.
Sie arrangieren frische Blüten, Blätter, Ranken und Zweige in flachen Schalen und Vasen.
Zur Einführung am ersten Abend bitte Schreibutensilien mitbringen.

K2840
Gisela Völkel, Dipl. Sogetsu-Lehrerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Do. 14.3. / 19:00 - 20:30 / 6 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
43 €
+ ca. 5 € Materialkosten pro Abend

Frühling wird's bald!

Tagesseminar

Sträuße, Kränze und Gestecke werden angefertigt aus Reisig, Ginster, Buchs, Moos, Rinde, Blumenzwiebeln und Frühjahrsblühern. Diese können mit Eiern, Bändern, Terracotta und vielem mehr dekoriert werden.
Mit der Anmeldebestätigung wird eine Materialliste verschickt.

K2841
Petra Wallbach
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 5.3. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 26.2.
15 €
Weitere Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden. Eine Materialliste wird nach Anmeldung versandt!

K2843
Petra Wallbach
Fuldatal-Ihringshausen
Gesamtschule, Weserstr. 38
Mi. 20.3. / 18:30 - 21:30
Anmeldeschluss 11.3.
15 €
Weitere Materialien können bei der Kursleiterin erworben werden.

Textiles Gestalten

Museumstag im Weberei-Museum Kircher, Gieselwerder

Ausstellungsbesuch

Am vhs-Museumstag im Weberei-Museum Kircher in Gieselwerder werden um 12:00, um 14:00 und um 16:00 Uhr Themenführungen von Nora Kircher angeboten, die mit zahlreichen Web- und Spinnvorführungen verbunden sind. Gezeigt wird die Smyrnatechnik am Webrahmen, die Leinenbindung und das Musterweben mit vier Schäften an zwei Webstühlen. Vorgeführt wird das Wolleaufbereiten mit der Kardiermaschine und das Spinnen der Wolle mit dem Spinnrad und der Spindel. Abgerundet werden die Vorführungen mit drei Techniken des Bandwebens. Die Führungen dauern eine gute halbe Stunde, so dass anschließend reichlich Zeit für vertiefende Gespräche und Fragen besteht.
Zu hören gibt es außerdem ein kurzes Radiointerview der bekannten Bildweberin Ursula Kircher (1932-2002).
Zur Stärkung werden gegen Selbstkosten Kaffee, Tee und Kuchen angeboten.

K2850
Nora Kircher
Oberweser-Gieselwerder
Weberei-Museum Kircher, Steinweg 2
Sa. 23.2. / 11:00 - 18:00
gebührenfrei

Die Wollwerkstatt

Vom Sortieren der frisch geschorenen Wolle über das Waschen, das Kardieren, das Färben mit heimischen Pflanzen, bis zum Filzen, Spinnen und Weben - eine spannende Reise für alle, die das wertvolle Naturmaterial Wolle vom Schaf bis zum selbstgefertigten Stück erleben wollen.
Die Nutzung von Schafwolle reicht bis zu den Anfängen der Menschheit zurück. Sich in unserer schnelllebigen Zeit mit diesem herrlichen Material und den ursprünglichen Techniken zu beschäftigen, hat einen ganz eigenen Reiz. Sie werden überrascht sein, wie gut das tut.

K2851
Heidi Halberstadt
Habichtswald-Dörnberg
Das Baumhaus, Zierenbergstr. 42
Mo. 3.6. / 18:00 - 20:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 27.5.
36 €
+ 14€ für Werkzeug- u. Raumnutzung + Material nach Verbrauch an die Kursleiterin

Aktionstag in Rothenditmold: Woll-Lust - Filzen!

Tagesseminar

Lassen Sie sich verführen, reizvolle Filzobjekte herzustellen. Sie verbinden den Charme eines archaischen, Wärme und Weichheit ausstrahlenden Materials mit den Möglichkeiten moderner Gestaltung.

K2849
Michaela Triftshäuser
Kassel, Stadtteiltreff Rothenditmold, Engelhardstr. 7
Sa. 23.3. / 11:00 - 17:00
gebührenfrei

Woll-Lust - Filzen!

Grund- und Aufbaukurs

Tagesseminar

Lassen Sie sich verführen, reizvolle Filzobjekte herzustellen. Sie verbinden den Charme eines archaischen, Wärme und Weichheit ausstrahlenden Materials mit den Möglichkeiten moderner Gestaltung. An Hand kleiner Objekte erlernen Sie Filztechniken zur Herstellung flächiger und dreidimensionaler Filze. So entstehen mit Hilfe von warmem Wasser und Seife z.B. Blüten, Schmuck, Tischsets, kleine Täschchen und Hohlkörper.
Bitte mitbringen: Stück Kernseife oder Olivenseife, zwei alte Handtücher, kleine Schüssel, Schere.

K2852
Michaela Triftshäuser
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
So. 17.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 4.3.
28 €
+ Materialkosten an Kursleitung je nach Verbrauch

Hut filzen

Tagesseminar

Farbige Wolle, warmes Seifenwasser, Ihre Hände und ein paar gut gezeigte Kniffe - das ist schon fast alles, was Sie zur Herstellung Ihres Hutes benötigen. Filzen Sie sich Ihren Hut: Eine freche Baskenkappe, ein eleganter Damenhut oder ein verwegener Hexenhut? Oder schwebt Ihnen eher ein Derwisch-Hut vor, eine Narrenkappe oder ein romantischer Blumenhut?
Bitte mitbringen: 2 Handtücher, runde Schüssel in ca. Kopfgröße, Kugelschreiber, Schere.

K2853
Michaela Triftshäuser
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
So. 14.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 1.4.
28 €
+ Materialkosten an Kursleitung je nach Verbrauch

Handpuppen filzen

Tagesseminar

In diesem Kurs geht es um die Herstellung und Gestaltung kreativer Handpuppen an Hand der Schablonentechnik. Ob Feuervogel mit leuchendem Gefieder, Elefant mit Flugohren, Gruselkrokodil (mit beeindruckenden aber ungefährlichen Filzzähnen) oder süßer Hoppelhase, - kreieren Sie einmalige Spielobjekte für sich selbst oder ihre Kinder. Wie filze ich Schnauzen, Ohren, Kulleraugen, Stoßzähne? Das alles kann ich Ihnen zeigen. Viel Spaß beim Filzen und Puppen spielen!
Bitte mitbringen: 1 Stück Oliven- oder Kernseife, 2 mittelgroße Handtücher, Schere

K2855
Michaela Triftshäuser
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 1
So. 28.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 15.4.
28 €
+ Materialkosten an Kursleitung je nach Verbrauch

Nuno-Schals aus Filz und Seide

Wochenendseminar

Nuno-Filztechnik bedeutet das Auffilzen sehr feiner Wolle auf locker gewebten Stoffen. („Nuno", von japanisch: „Gewebe"). Der Stoff wird von den Wollfasern zusammengezogen und erhält eine feine, reizvolle und zum Teil faltig-blasige Textur. Durch die Verwendung von Seide und das Spiel von Licht und Schatten entsteht auf der Oberfläche ein schöner Glanz und Schimmer. Interessante Musterungen entstehen auch durch partielles Auffilzen von Wolle. Diese besondere Filttechnik wollen wir uns zu Nutze machen, um edle, zauberhafte Schals herzustellen.

K2857
Ingrid Baumann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Werkraum 2
Sa. 20.4. und So. 21.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 8.4.
55 €
+ Materialkosten an Kursleitung je nach Verbrauch

Filzbilder von Almut Reuter

vhs-Ausstellung

Ausstellungseröffnung mit der Künstlerin am 7. Februar, 16:00 Uhr
An diesem Nachmittag findet ein kleiner Empfang statt, bei dem man die Künstlerin und Kursleiterin persönlich kennen lernen kann. Hier gibt sie Einblick in ihre Arbeit und stellt Materialien wie Ergebnisse vor!

K2858
Almut Reuter
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum (AWO), Rembrandtstr. 6
Do. 7.2. / 8:00 - 20:00
Ausstellung 7. Februar bis zum 22. März.
Eröffnung: 7.2./ 16:00
gebührenfrei

Filzen mit Märchenwolle

Tagesseminar

Hier wird mit Wolle gemalt!
Muster, Blumen, Tiere oder auch Landschaften nehmen Gestalt an. Von einfach bis anspruchsvoll ist alles möglich. Fotos oder andere Vorlagen der Teilnehmenden werden als Anregung genutzt.
Gelehrt wird auch, wie man Bilder flächig oder auch in 3D-Format mit Hilfe der Nassfilztechnik herstellt und wie man Nassfilzen und Trockenfilzen miteinander kombiniert.
Die Bilder können auf Keilrahmen geklebt werden (im Kurs nach vorheriger Absprache zu erwerben) oder auch mit oder ohne Glas gerahmt werden. Rahmen sind bitte mitzubringen.
Bitte mitbringen: Kern- oder Olivenölseife, zwei mittelgroße Handtücher, Plastikschüssel, leere Sprühflasche, Motivvorlagen.

K2859
Almut Reuter
Baunatal-Altenbauna
Senioren-Service-Zentrum (AWO),
Rembrandtstr. 6
Mi. 27.2. / 16:00 - 20:00
Anmeldeschluss 15.2.
6 €

K2860
Almut Reuter
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Sa. 23.2. / 10:00 - 14:45
Anmeldeschluss 14.2.
21 €

K2861
Almut Reuter
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Sa. 9.3. / 10:00 - 14:45
Anmeldeschluss 21.2.
19 €

K2862
Almut Reuter
Kaufungen-Oberkaufungen
MitmachHaus am Regionalmuseum, Schulstr. 33
Sa. 23.3. / 10:00 - 14:45
Anmeldeschluss 13.3.
21 €

„Was Ihr wollt" - offener Workshop

Patchworktechniken

Wochenendseminar

Werkstattkurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene. Alle Patchwork-Techniken sind möglich.
Sie können mit Hilfe der Kursleiterin neue Projekte planen und starten oder alte fertig stellen. Oder haben Sie ein neues Muster entdeckt und haben Fragen zur Realisierung? Nichts ist unmöglich! Alles Weitere wird in der Vorbesprechung geklärt.

K2863
Dagmar Stöcker
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 28.2. / 18:00 - 19:00 (Vorbesprechung Vorraum Fotolabor)
Sa. 9.3. / 10:00 - 16:00
So. 10.3. / 10:00 - 16:00
3 Termine
Anmeldeschluss 15.2.
72 €

Quadrate, vielseitiger als gedacht!

Patchworktechniken

Wochenendseminar

Lassen Sie sich bei der Vorbesprechug inspirieren, wie viele Musterzusammenstellungen es mit Quadraten gibt.
Haben Sie auch noch ein Päckchen bereits zugeschnittener Quadrate oder Stoffreste, aus denen Quadrate geschnitten werden können? Sie bekommen Anleitung und Tipps für eigenständiges Arbeiten.

K2864
Dagmar Stöcker
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 11.4. / 18:00 - 19:00 (Vorbesprechung Vorraum Fotolabor)
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:00
So. 21.4. / 10:00 - 16:00
3 Termine
Anmeldeschluss 11.4.
72 €

Patchworktaschen

Nähen Sie sich eine Tasche ganz nach Ihren Vorstellungen. Handtaschen, Umhängetaschen mit austauschbaren Klappen, große Taschen für Schneidematte und Lineal oder kleine Handytäschchen mit indivuell gestalteter Oberfläche.
Alles ist möglich. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.
Di., 26.02., 18 bis 19 Uhr Vorbesprechung
Di., 05.03., 18 bis 20.30 Uhr
5 Termine plus Vorbesprechung

K2865
Monika Schulte
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Di. 26.2. / 18:00 - 20:30 / 6 Termine
70 €
+ eigene Materialkosten

Zu allen folgenden Patchwork-Kursen bitte eine Nähmaschine, Verlängerungskabel, Steckerleiste und verschiedene gewaschene und gebügelte Stoffreste mitbringen.

Wohin mit den Stoffresten?

Patchwork-Projekte aus der Restekiste

Wer viel näht, hat auch viele Stoffreste. Es gibt unendliche Möglichkeiten, selbst klitzekleine Stoffreste aus unterschiedlichen Materialien, wie z.B. Baumwolle, Seide, Jeans bis hin zu Webkanten, zu verwenden. Verschiedene Projekte werden vorgestellt und bieten vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten, auch unter Verwendung von Perlen, Borten oder Knöpfen. Vom Topflappen bis hin zur Patchworkdecke ist alles möglich.

K2868
Britta Kohlhaase
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Di. 12.2. / 19:00 - 21:15 / 6 Termine
Anmeldeschluss 25.3.
45 €

3-D-Optik im Patchwork

Modernes Design in Stoff

Mit Hilfe einfacher Schnittechniken, unterschiedlicher Farbschattierungen und Kontrasten gelingt es, eine dreidimensionale Wirkung zu erzielen. Es können so bekannte Patchworkmuster wie „Inner City" oder „Baby Block" erlernt und zu Quilts, Keilrahmenbildern oder anderen Dekorationsobjekten verarbeitet werden.

K2870
Britta Kohlhaase
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Di. 12.2. / 9:00 - 11:00 / 6 Termine
Anmeldeschluss 25.3.
40 €
+ eigenes Material

Handarbeitstechniken

Stricken - von Kopf bis Fuß

Grund- und Aufbaukurs

Für Interessierte mit wenig oder gar keinen Vorkenntnissen und für Profis. Strick-Kniffe und Tricks, um zu einem gelungen Strickmodell zu kommen - wir zeigen Ihnen, wie es geht. Z.B. Stricken mit vielen Farben oder verschiedenen Stricktechniken, Musterstricken, Detaillösungen für den perfekten Sitz. Ungeübte erhalten bei uns Unterstützung ab der ersten Masche. Eigene Garne können selbstverständlich mitgebracht werden.
Materialbesprechung in der ersten Stunde.

K2900
Christina Geyer, Gudrun Otto
Kassel
FIL Garn-Wolle, Friedrich-Ebert-Str. 147
Di. 12.2. / 18:00 - 20:00 / 15 Termine
100 €

K2901
Christina Geyer, Gudrun Otto
Kassel
FIL Garn-Wolle, Friedrich-Ebert-Str. 147
Di. 12.2. / 18:00 - 20:00 / 15 Termine
100 €

K2902
Christina Geyer, Gudrun Otto
Kassel
FIL Garn-Wolle, Friedrich-Ebert-Str. 147
Mi. 13.2. / 18:00 - 20:00 / 15 Termine
100 €

K2903
Christina Geyer, Gudrun Otto
Kassel
FIL Garn-Wolle, Friedrich-Ebert-Str. 147
Mi. 13.2. / 18:00 - 20:00 / 15 Termine
100 €

Hardanger Stickerei

Diese norwegische Stickkunst ist leicht zu erlernen. Gestickt werden Decken, Schleifen, Gardinen, Kissen, Blusen und anderes.

K2907
Hannelore Rudolph
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Di. 26.2. / 19:15 - 21:30 / 7 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
47,50 €
+ Material

K2908
Hannelore Rudolph
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mi. 27.2. / 19:15 - 21:30 / 7 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
47,50 €
+ Material

Klöppeln - Altes Handwerk neu entdecken

Grundkurs

Nicht nur Spitzen für Decken klöppeln, sondern mit den erlernten Grundschlägen mal etwas anderes fertigen, wie z. B. Schmuck, Bilder, Windspiele, Tischbänder und noch vieles mehr. Auch das Arbeiten mit anderen Garnen (außer Leinen), z. B. aus Metall und Seide, macht das Klöppeln interessant.

K2909
Heidi Tkacz
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mo. 4.3. / 19:45 - 21:15 / 8 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05605-4418
Anmeldeschluss 27.2.
60 €
+ Material

K2910
Heidi Tkacz
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mi. 6.3. / 19:45 - 21:15 / 8 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05605-4418
Anmeldeschluss 27.2.
60 €
+ Material

Nähen / Mode / Stilberatung

Zuschneiden und Nähen

Individuelle Kleidung und Textilien - modisch und preiswert

Ob Gardinen, Jacken, Hosen, Röcke oder Kleider, ob für Kinder oder Erwachsene, ob Änderungen oder Neugenähtes: Anfänger/-innen und Fortgeschrittene erhalten individuelle Hilfestellung. Da nicht immer ausreichend Nähmaschinen vorhanden sind, bitte eigene Maschine, Verlängerungskabel und Steckerleiste mitbringen. Eine Vorbesprechung von 45 Minuten findet am ersten Termin statt. Danach kann dann gezielt das Material eingekauft werden.

K2950
Heide Schimmelpfeng
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Mo. 11.2. / 15:00 - 17:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 5.2.
68 €
+ Material 30 €

K2951
Heide Schimmelpfeng
Grebenstein
Kulturwerkstatt, Hochzeitsberg 2
Di. 12.2. / 19:00 - 21:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
68 €
+ Material 30 €

K2952
Heide Schimmelpfeng
Grebenstein
Kulturwerkstatt, Hochzeitsberg 2
Mi. 13.2. / 19:00 - 21:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
68 €
+ Material 30 €

K2954
Susanne Glas
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 19.2. / 19:00 - 21:15 / 6 Termine
Mo. und Di. jeweils 19:00 - 21:15
Kleingruppe
Anmeldeschluss 12.2.
60 €
+ Material

K2956
Monika Ramus
Zierenberg
Elisabeth-Selbert-Schule, Zum Steinborn 1
Mi. 13.2. / 19:00 - 21:15 / 7 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
48 €
+ Material

Spaß am Nähen!

Mode für alle Größen

In diesem Nähkurs erhalten Sie individuelle Unterstützung sowohl für den perfekten Umgang mit der Nähmaschine als auch in der Kunst des Zuschneidens nach einem Schnittmuster. Selbst wenn Sie Nähen bisher für schwierig oder unerlernbar hielten: Sie sind herzlich eingeladen, ein schönes Hobby kennen zu lernen.
Aber auch wenn Sie bereits Vorkenntnisse mitbringen, können Sie Ihr Wissen durch einen „Profi" weiter vervollständigen, denn es werden interessante Tipps und Tricks zum rationellen Nähen vermittelt.
Infos für Modellwahl und Stoffkauf am ersten Kurstag oder am Vorbesprechungstermin.

K2960
Grund- und Aufbaukurs
Elfi Kopler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 11.2. / 17:45 - 19:45 / 10 Termine
67 €

K2961
Grund- und Aufbaukurs
Christiane Rotter-Liebrecht
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 25.2. / 9:30 - 11:30 / 10 Termine
67 €

K2962
Grund- und Aufbaukurs
Elfi Kopler
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 19:00 - 21:00 / 10 Termine
67 €

K2963
Grund- und Aufbaukurs
Sabine Scharffenberg, Schneidermeisterin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:30 / 11 Termine
Info und Materialbesprechung am 1. Termin: 18-19 Uhr
70 €

K2965
Wochenendseminar
Elfi Kopler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 8.4. / 17:00 - 18:00 (Schnitt- und Materialbesprechung im Vorraum des Fotolabors)
Sa. 13.4. / 10:00 - 15:00
So. 14.4. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 25.3.
51 €

K2967
Wochenendseminar
Elfi Kopler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 7.3. / 18:00 - 19:00 (Schnitt- und Materialbesprechung im Vorraum des Fotolabors)
Sa. 16.3. / 10:00 - 15:00
So. 17.3. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 29.3.
51 €

Nähen am Wochenende

Wochenendseminar

Egal, ob Sie Vorkenntnisse haben oder nicht! Unkompliziert und günstig - für jede Größe! Overlock-Maschine ist vorhanden.
Zum Info-Termin nur Papier, Stift und evtl. Schnitte (Modehefte) mitbringen.

K2970
Wochenendseminar
Sabine Scharffenberg, Schneidermeisterin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 6.3. / 19:30 - 20:30 (Info: Schnitt- und Stoffberatung)
Sa. 16.3. / 10:00 - 17:00
So. 17.3. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
60 €

K2971
Wochenendseminar
Sabine Scharffenberg, Schneidermeisterin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 17.4. / 19:30 - 20:30 (Info: Schnitt- und Stoffberatung)
Sa. 27.4. / 10:00 - 17:00
So. 28.4. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
60 €

K2972
Wochenendseminar
Sabine Scharffenberg, Schneidermeisterin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 24.4. / 19:30 - 20:30 (Info: Schnitt- und Stoffberatung)
Sa. 11.5. / 10:00 - 17:00
So. 12.5. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 13.5.
60 €

K2973
Wochenendseminar
Sabine Scharffenberg, Schneidermeisterin
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 15.5. / 16:30 - 17:30 (Info: Schnitt- und Stoffberatung)
Sa. 25.5. / 10:00 - 17:00
So. 26.5. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
60 €

Da mach' ich mir nen Schlitz ins Kleid....

Nähen an der Nähmaschine für Anfänger und Fortgeschrittene

Tagesseminar

Wir unterstützen Sie gerne mit Kompetenz und Spaß beim Erlernen des Nähens an der Nähmaschine bzw. beim Vertiefen Ihrer Kenntnisse. Nähmaschinen und Werkzeuge sind vorhanden. Stoff, ggf. Schnitt und Zubehör bitte mitbringen. Gerne für Frauen, Männer und Jugendliche aus dem Stadtteil Rothenditmold.
In Kooperation mit dem Mehrgenerationenhaus Heilhaus in Rothenditmold.

K2978
Monika Wendrich, Xenia Paul-Gautier, Schneidermeisterin
Kassel
Heilhaus, Atelier Silberfaden, Brandaustr. 10
Sa. 11.5. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 26.4.
35 €

Modezeichnen

Für Anfänger/-innen

Ohne weitere Vorkenntnisse können sich Anfänger/-innen ein weites kreatives Feld erarbeiten: Mode zeichnen und entwerfen! Die Einführung in das Modezeichnen bietet ein gründliches Erarbeiten der Grundlagen und Techniken und führt zu zauberhaften Gestaltungsideen. Viele inspirierende Übungsbeispiele werden eingebracht.

K2991
Anke Bostelmann, Diplom Mode-Designerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Di. 9.4. / 19:00 - 21:15 / 7 Termine
Anmeldeschluss 12.3.
107 €
Bitte Graphitstift 6B, A3-Papier (normales weißes Kopierpapier 80gr.) mitbringen.

Farb- und Stilberatung für Frauen

Tagesseminar

Der erste Eindruck ist oft entscheidend, unser Stil ist Ausdruck unserer Persönlichkeit.
Farben und Formen in der Kleidung beeinflussen und unterstützen unser Wohlbefinden und die persönliche Ausstrahlung. Sie geben uns Sicherheit und Schutz.
Nach neun Farbtypen wird analysiert, welche Farbnuancen in harmonischer Beziehung zu körpereigenen Farben stehen und welche Schnitte und Formen zur Figur passen und das Erscheinungsbild vorteilhaft unterstreichen.

K2996
Monika Wendrich
Kassel
Heilhaus, Atelier Silberfaden, Brandaustr. 10
Sa. 2.3. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 21.2.
60 €
Auf Wunsch Farbpass, 45 € vor Ort zu zahlen

K2997
Monika Wendrich
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 13.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 26.3.
60 €
Auf Wunsch Farbpass, 45 € vor Ort zu zahlen

K2998
Ursel Schütz
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 16.3. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 21.2.
60 €
+ 25 € für Farbpass, vor Ort zu zahlen

Gesundheit

Ansprechpartner/-innen

Forum für Gesundheit **Psychologie für den Alltag** **Heilmittel und Heilmethoden** **Entspannung und Körpererfahrung**	Achim Rache, Kassel Tel. 0561-1003 1685 achim-rache@landkreiskassel.de Christina Prell, Kassel Tel. 0561-1003 1691 christina-prell@landkreiskassel.de
Psychologie für den Alltag **Heilmittel und Heilmethoden** **Entspannung und Körpererfahrung** **Gymnastik** **Fitness** **Aquafitness und Schwimmen** **Sport** **Ernährung**	Susanne Ebbers, Wolfhagen Tel. 05692-987 3190 susanne-ebbers@landkreiskassel.de Thomas Günther, Wolfhagen Tel. 05692-987 3191 thomas-guenther@landkreiskassel.de
Gymnastik **Fitness** **Aquafitness und Schwimmen** **Sport** **Ernährung**	Helgard Hesse, Kassel Tel. 0561-1003 1688 helgard-hesse@landkreiskassel.de

Gesundheit ist nicht alles, aber was ist das Leben ohne Gesundheit?

Der Programmbereich Gesundheit der vhs Region Kassel bietet Ihnen eine große Auswahl praktischer und theoretischer Themen rund um das Thema Gesundheit mit dem Ziel einer persönlichen Orientierungshilfe. Interessante Vorträge und praktisch orientierte Veranstaltungen geben wichtige Informationen und stellen das persönliche Erleben in den Vordergrund. Sie finden auch eine Anzahl von psychologischen Themen, da sich viele Methoden und Themenkomplexe gegenseitig bedingen, ähnlich sind oder sich ergänzen.

Forum für Gesundheit

Diese Vortragsreihe gibt Einblicke in unterschiedliche Aspekte und Methoden der Gesundheitsvorsorge und Lebensführung und regt zur kritischen Reflexion an. Die Themen können in einem anschließenden Gespräch, viele aber auch in einem anschließenden Tages- oder Wochenendseminar vertieft werden.

Wege zur Entspannung

Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung (PME)

Beide Entspannungsverfahren werden theoretisch und mit praktischen Elementen vorgestellt.
Frank Hübenthal
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 19.2. / 19:30 - 21:00
5 €
Frank Hübenthal
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mi. 20.2. / 19:30 - 21:00
5 €

Siehe auch Kurs-Nr. K3168, Seite 84

Endlich Zeit haben!

Zwischen Alltagsstress und allgegenwärtiger Reizüberflutung verlieren wir uns leicht selbst aus den Augen. Wieso und wie geschieht das? Wie können Sie wieder mit sich selbst in Kontakt kommen und wozu ist das gut?

Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 27.2. / 20:00 - 21:30
5 €

Siehe auch Kurs-Nr. K3123, Seite 82

Ernährung bei Diabetes

Diabetes Typ 2 ist inzwischen zu einer Volkskrankheit geworden. Enorme Zuwachsraten gibt es nicht nur in Deutschland, sondern weltweit. Mit Diabetes schränken auch Begleit- und Folgeerkrankungen die Lebensqualität der Betroffenen sehr stark ein. Es ist unstrittig, dass Ernährung eine gewichtige Rolle beim Heilprozess spielt. Der Vortrag gibt Einblick in das Krankheitsbild, geht fundiert auf die heutigen wissenschaftlichen Ernährungs-Empfehlung ein und gibt Anregungen, wie diese individuell umgesetzt werden können.

Rainer Brummelte, Dipl.oec.troph., Ernährungswissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 28.2. / 20:00 - 21:30
5 €

Tiefenpsychologische Hypnosetherapie - was ist das und was kann sie?

Sie erhalten grundlegende Informationen zur tiefenpsychologisch analytischen Hypnosetherapie und ihrer praktischen Anwendung im psychischen und körperlichen Bereich. Darüber hinaus richtet sich der Blick auf die Entwicklung der Hypnosetherapien.

Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 5.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Leben mit Hochsensibilität

Warum manche mehr empfinden und was das für sie und andere bedeutet.

Mit dem Stichwort Hochsensibilität werden Menschen beschrieben, die mehr innere und äußere Reize wahrnehmen als andere und diese intensiver verarbeiten. Was ist Hochsensibilität und wie wirkt sie sich aus? Zudem wird der Frage nachgegangen, wie sich diese Gabe am besten zur Geltung bringen lässt und was andererseits dazu führen kann, dass sie als Last erlebt wird.

Matthias Gaenzer, Dipl. Volkswirt, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 6.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Schüssler-Salze für Hund und Katze

Homöopathisch potenzierte Mineralsalze bei akuten und chronischen Beschwerden sowie zur Vorbeugung von Krankheiten.

Marianne Birkholz
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 7.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Mut zum Ich-Sein

Anregungen und Wege zu mehr Authentizität.

Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 11.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Siehe auch Kurs-Nr. K3025, Seite 76

Mineralstoffe nach Dr. Schüssler I

Ein Heilpraktiker informiert über Grundlagen, Wirkungsweisen und Anwendungsmöglichkeiten der Mineralien. Die Einnahme soll eine effiziente Möglichkeit bieten, durch die sofortige Aufnahme der Mineralien in die Zellen ein breites Spektrum chronischer und akuter Beschwerden schnell und wirksam zu lindern bzw. zu heilen.

Gundolf Wehr, Heilpraktiker
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mi. 13.3. / 19:30 - 21:00
5 €

Mineralstoffe nach Dr. Schüssler II - Vortrag zur Vertiefung

Ein Heilpraktiker informiert über Wirkungsweisen und Anwendungsmöglichkeiten der ergänzenden Schüssler Salze Nr. 13 - 27 .

Gundolf Wehr, Heilpraktiker
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mi. 17.4. / 19:30 - 21:00
5 €

Positive Lebensführung

Die Positive Psychotherapie (PPT) nach Prof. Nossrat Peseschkian basiert auf dem Bild des Menschen als ein „Bergwerk voller Edelsteine". Auf das „Ganze" schauend, unterstützt die PPT die Lebensbalance und die persönlichen Lösungsressourcen des Menschen. Verbunden mit Witz und Weisheit aus orientalischen Märchen und Geschichten, erhalten Sie Einblick in die Sicht- und Arbeitsweise der Positiven Beratung/ Psychotherapie.

Vera Mennemeier, Heilpraktikerin, Stefan Mennemeier, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 19.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Siehe auch Kurs-Nr. K3030, Seite 77

„Ich denke, also bin ich"

Welche Rolle spielen Gefühle in Bezug auf unser körperliches und seelisches Wohlbefinden?

Vortrag

Welche Rolle spielen unsere Gefühle in Bezug auf unsere Selbst- und Fremdwahrnehmung? Beleuchtet wird die Wechselwirkung zwischen Gedanken und Gefühlen in Alltagssituationen. Tiefenpsychologische und wissenschaftliche Erkenntnisse erklären das Zustandekommen unserer „inneren Stimmgabel", mit der wir unser Leben wahrnehmen, gestalten und verändern können.

Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 23.4. / 20:00 - 21:30
5 €

Reizdarm, Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn

Begleitende Behandlung durch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Vortrag

Aus Sicht der TCM werden Einflüsse aufgezeigt, die zur Entstehung von Reizdarm und entzündlichen Darmerkrankungen führen können. Darauf abgestimmt werden Wege vorgestellt, wie mit Hilfe von Ernährung, Akupunktur und chinesischer Kräutertherapie die schulmedizinische Behandlung erfolgreich ergänzt werden kann. Ziel ist, das Wohlbefinden im Alltag zu steigern und die Lebensqualität wieder deutlich zu verbessern.

Karla Bentler, Dr. med./Frauenärztin/TCM, Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 3.6. / 20:00 - 21:30
5 €

Gesundheit im Gespräch

Eine Kooperation des Gesundheitsamtes Kassel mit dem Gesundheitsnetz Nordhessen, KISS, der HNA und der Volkshochschule Region Kassel.
Diese Reihe ist als eine kontinuierliche Diskussion von Experten mit Bürgerinnen und Bürgern konzipiert, die über neueste Ergebnisse und Entwicklungen in der Gesundheitsförderung, Diagnostik und Therapie informiert.

Schlaferkrankungen

Schnarchen, Schlafapnoe und andere Schlafkrankheiten

Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 16.4. / 18:30 - 20:00
Eintritt frei!

Diabetes - Prävention „Fit und gesund älter werden"

Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 14.5. / 18:30 - 20:00
Eintritt frei!

Die Beine kribbeln oder sind taub?

Das Krankheitsbild der Polyneuropathie

Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 11.6. / 18:30 - 20:00
Eintritt frei!

Psychologie für den Alltag

Die nachstehenden Angebote stellen aktuelle Ansätze und Konzepte der angewandten Psychologie vor. Sie dienen primär zur Orientierung und Erweiterung des eigenen Wissens und sind nützliche Wegweiser für Ihren privaten Lebensplan. Natürlich können und wollen sie eine ärztliche Behandlung oder Psychotherapie nicht ersetzen. Wenn Sie in ärztlicher oder therapeutischer Behandlung sind, sollten Sie die Teilnahme an diesen Angeboten mit einem/einer Arzt/Ärztin oder Therapeut/Therapeutin Ihrer Wahl abstimmen.

Drei Säulen der Psychoanalyse

Das Unbewusste, die Kindheit, die Couch

Ziel der Psychoanalyse ist, sich selbst besser zu verstehen. Dafür ist es sinnvoll, sich seinem Unbewussten und seiner Geschichte zu nähern, um selbstbestimmter mit sich und offen mit anderen umgehen zu können. Für diesen Weg bietet die Psychoanalyse geeignetes Werkzeug an. Daher werden in diesem einführenden Seminar drei ihrer wichtigsten Aspekte erläutert und diskutiert:
1. Wie funktioniert das Unbewusste und warum ist es sinnvoll, mehr über sich und sein Unbewusstes zu erfahren.
2. Da die Kindheit für die Entwicklung unserer Verhaltens- und Beziehungsmuster von elementarer Bedeutung ist, werden die Zusammenhänge von früheren Erfahrungen und heutigem Fühlen, Denken und Handeln analysiert.
3. Die Bedeutung der Couch in der analytischen Therapie bzw. die Inhalte der psychoanalytischen Therapie werden anschaulich beschrieben.

K3020
Sabine Morbitzer, Dipl. Psych., Psychoanalytikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
19. und 26.2. / 20:00-21:30, 2 Termine
15 €

Psychologie als Lebenskunst!

Eine kleine Pannenhilfe für den Alltag

Tagesseminar

Leben bedeutet Probleme zu lösen. Oft aber reagieren wir auf neue Situationen mit alten Mustern. Dadurch blockieren wir positive Entwicklungen. Psychologie als Lebenskunst hilft, mit schwierigen Situationen gelassener umzugehen. Ein Blick auf das Wechselspiel zwischen meinem Selbst und meiner Umgebung (in einer Beziehung, in der Familie, am Arbeitsplatz) lehrt, den Alltag und seine Pannen besser zu verstehen. Mit Hilfe humorvoller Video-Spots erkennen Sie:
1. Wie unser Bewusstsein Probleme produziert,
2. wie wir uns gegenseitig in der Kommunikation beeinflussen,
3. welches Krisenmanagement bei Konflikten (Beziehung, Erziehung, Arbeit) helfen kann,
4. welche Wege zu mehr Glück und Zufriedenheit führen.
Fallbeispiele helfen, schwierige Situationen zu verstehen und Veränderungen anzudenken und umzusetzen.

K3021
Dr. Torsten Reters
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Sa. 9.3. / 11:30 - 17:30
Anmeldeschluss 22.2.
33 €

Ein Single kommt selten allein

Humorvolle Lebenskunst und Wege zwischenmenschlicher Kontaktaufnahme für Singles

Tagesseminar

Ganz gleich, wie alt Sie sind: Das Seminar bietet Ihnen die Chance, auf amüsante Weise neue Menschen kennen zu lernen. Gemeinsam entwickeln wir Schritte zu einer heiteren Lebenskunst und besprechen, wie man das Eis zum anderen Menschen bricht. Der Kurs hilft, neue Anregungen für Ihr Leben zu finden, Hemmungen abzubauen und - nicht nur in Liebesdingen - selbstbewusster aktiv zu werden.

K3022
Dr. Torsten Reters
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Sa. 20.4. / 11:30 - 17:30
Anmeldeschluss 5.4.
33 €

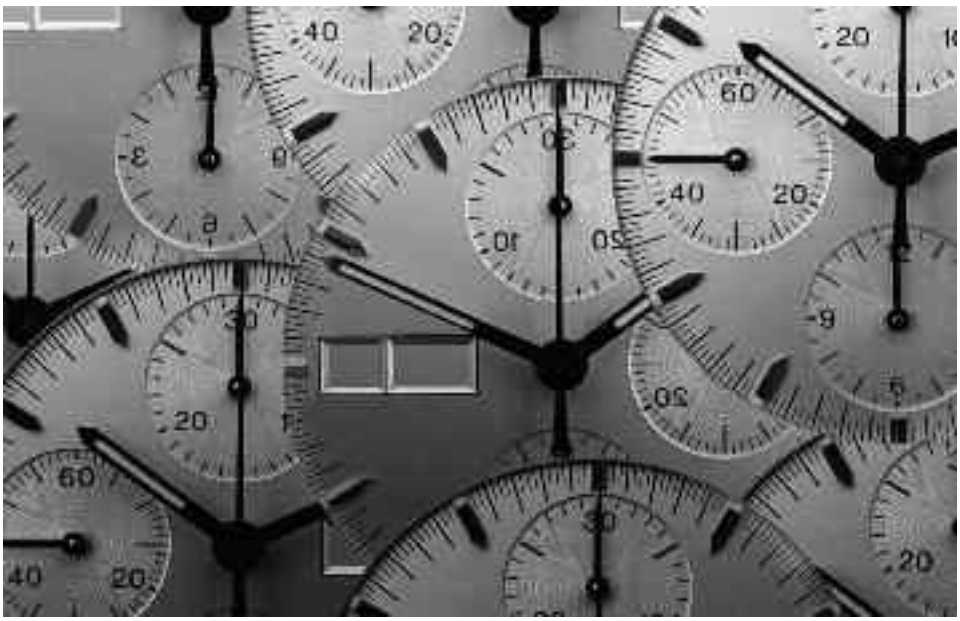


Foto: Gerd Altmann/pixelio.de

Hochsensibilität erkennen und damit leben

Wochenendseminar

Kennen Sie das auch? Sie hören nicht auf, sich Gedanken zu machen, das Abschalten fällt Ihnen schwer und Sie fühlen sich hin und wieder ausgelaugt? Sie reagieren stark auf manche äußere Reize? Dann gehören Sie vielleicht auch zu den Menschen, die man als hochsensibel bezeichnet. In diesem Workshop lernen Sie die wichtigsten Aspekte dieses Phänomens kennen. Informationen, der Erfahrungsaustausch mit anderen und ausgewählte Übungen vermitteln Ihnen neue Erkenntnisse zu Ihrer Hochsensibilität. So können Sie einen besseren Zugang dazu finden, Belastendes lernen zu reduzieren und größere Selbstbestimmtheit sicherstellen.

K3024
Matthias Gaenzer, Dipl. Volkswirt, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Sa. 16.3. / 10:00 - 17:00
So. 17.3. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 8.3.
55 €

Mut zum Ich-Sein

Authentizität - wahrhaftig sein

Wochenendseminar

Jenseits unserer vielen Rollen im Berufs- und Familienleben wünschen wir uns, als Mensch gesehen und wertgeschätzt zu werden. Dennoch wagen wir es oft nicht, uns einander zu zeigen, wie wir sind. Wir versuchen, einen „guten Eindruck" zu machen und so zu sein, wie wir glauben, dass andere es von uns erwarten. Darüber gehen wir uns selbst verloren. Wer aber mit sich selbst nicht im Kontakt ist, kann schwerlich eine wirkliche Beziehung aufbauen oder seine Positionen glaubhaft und überzeugend vertreten.
Sie sind eingeladen, sich selbst und anderen neu zu begegnen und eine stimmige Balance zwischen professioneller Rolle und authentischem Selbstausdruck zu finden. Sie entscheiden selbst, wie weit Sie „Ihr Visier öffnen" wollen. Die Arbeitsweise ist getragen von Achtsamkeit und Respekt gegenüber den Wünschen und Grenzen der Teilnehmenden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und Schreibzeug mitbringen.

K3025
Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Sa. 20.4. / 10:00 - 18:00
So. 21.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 5.4.
60 €

Siehe auch Vortrag „Mut zum Ich-Sein", Seite 74

Coaching - Klarheit und Zufriedenheit im Beruf
Siehe Kurs-Nr. K5034, Seite 148

Dem Leben eine neue Richtung geben

Tagesseminar

Wie oft haben Sie das Gefühl, am wahren Leben vorbei zu leben? Gefangen zu sein, bestimmten Normen und Erwartungen entsprechen zu müssen, statt aus dem eigenen Leben ein wundervolles Abenteuer zu machen. Jeder kann sich bewusst für ein glückliches Leben entscheiden. Eine liebevolle Bestandsaufnahme für eine kraftvolle Neuorientierung. Mit Kurzvorträgen, Meditationen, Übungen und Gesprächen können Sie die Zusammenhänge von Ursache und Wirkung klären und den Weg zu einer neuen Wahrnehmung öffnen.

K3026
Sonja Rieß, Heilpraktikerin
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
So. 3.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 22.2.
35 €

Mein Frau-Sein wieder lieben

Tagesseminar

Frauen wollten es anders machen als ihre Mütter, die sich aufopferten, litten, jammerten und die Männer verurteilten. Seit Jahren bewegen sich Frauen im Außen unabhängiger, erfolgreicher und selbstbewusster. Aber viele haben - auch innerlich - „die Hosen angezogen" und sind den Weg der männlichen Frau gegangen. Hierbei haben sie die „Frau im Inneren", ihre Weiblichkeit und ihr Herz verletzt und ihre kranken oder schmerzenden Körper signalisieren: So geht es nicht weiter!
Weiblichkeit hat nichts mit Schwäche und Ohnmacht, Aufopfern und Leiden zu tun.
Wenn Frauen sich jetzt wieder lieben und bewundern lernen, fangen sie an zu strahlen und kommen wieder bei sich selbst an.
In Kurzvorträgen, Besinnungsrunden und Meditationen machen wir uns auf den Weg zu einer sich selbst liebenden und bewundernden Frau.

K3027
Sonja Rieß, Heilpraktikerin
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
So. 21.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.4.
35 €

Feierabend? Kenne ich nicht

Burnout Prophylaxe für Frauen

Wochenendseminar

Das so genannte Burnout Syndrom wird derzeit meist im Zusammenhang mit Erwerbsarbeit wahrgenommen. Zu viele Überstunden, ständige Erreichbarkeit, mangelnde Kontrolle über die eigene Zeit, können bekanntermaßen zum Burnout führen. All das betrifft Familienfrauen alltäglich. Ob Sie kleine Kinder oder pflegebedürftige Verwandte versorgen, einen wirklichen Feierabend gibt es nie. Wenn Sie dann noch (teil-)erwerbstätig sind, kann das Leben vollends zum Drahtseilakt werden, um allem und allen gerecht zu werden. Sie selbst bleiben dabei meist auf der Strecke.
Sie können Methoden und Tricks lernen, wie

Sie im Alltag besser für sich sorgen können, um für sich selbst und für Ihre Lieben bei Kräften zu bleiben.
Bitte eine bequeme Kleidung, warme Socken und eine Decke mitbringen.

K3028
Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 4.5. / 10:00 - 18:00
So. 5.5. / 10:00 - 14:00
2 Termine
Anmeldeschluss 24.4.
48 €

Freude am Leben

Werden Sie Ihr eigener Coach

Tagesseminar

Aufbauend auf Übungen zur Tiefenentspannung, zur Visualisierung und der Meridian-Energie-Techniken (MET) nach Franke® erarbeiten Sie, welche Denk- und Verhaltensweisen wirklich die Ihren sind und welche Sie übernommen haben sowie von welchen Gedanken- und Verhaltensmustern Sie sich verabschieden möchten.
Auf diesem Weg lernen Sie Ihre wirklichen Bedürfnisse und Ziele zu formuliern und diese umzusetzen.

K3029
Ellen Thiele
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
31 €

Schreiben heilt! Kreatives Schreiben in problematischen Lebenssituationen. Siehe Kurs K2109, Seite 36

Positive Lebensführung

Die Positive Psychotherapie (PPT) basiert auf dem Bild des Menschen als ein „Bergwerk voller Edelsteine". Auf das „Ganze" schauend, unterstützt die PPT die Lebensbalance und die persönlichen Lösungsressourcen des Menschen. Anhand der drei Prinzipien: Hoffnung auf Gemeinsamkeit, Balance und Beratung, werden praktische und leicht anwendbare Möglichkeiten zur Hilfe und Selbsthilfe vorgestellt, verbunden mit Witz und Weisheit aus orientalischen Märchen und Geschichten. Sie erhalten Einblick in die Sicht- und Arbeitsweise der Positiven Beratung/Psychotherapie.

K3030
Vera Mennemeier, Heilpraktikerin, Stefan Mennemeier, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie
Kassel
Praxis Mennemeier, Thoméestr. 2
Di. 9.4. / 20:00 - 21:30 / 3 Termine
Anmeldeschluss 29.3.
22,50 €

Siehe auch Vortrag „Positive Lebensführung", Seite 75

Die Kraft der Imagination

Seit altersher weiß man um die heilsame Kraft von Imaginationen und Vorstellungsbilder. Positive Gedanken, Visualisierungen und förderliche Vorstellungen sind heute Bestandteil vieler ganzheitlicher Therapiekonzepte. Sie unterstützen Heilungsprozesse und helfen Belastungen besser zu bewältigen. Geführte Imaginationen, Fantasiereisen und Rituale vermitteln einen praktischen Einblick in die Wirksamkeit der Arbeit mit inneren Bildern und zeigen auf, wie Sie Ressourcen besser nutzen und Ihre Selbstheilungskräfte anregen können.
Bitte eine Iso-Matte, Decke und Kissen mitbringen.

K3031
Doris Haas
Calden-Ehrsten
Praxis für Kunst-/Psychotherapie Haas, Schreckenbergstr. 1
Do. 14.2. / 18:30 - 20:30 / 6 Termine
60 €
+ 10 € Raummite an Kursleitung

Ziele erreichen mit System - Träume weben, Ziele erreichen

„Ein Ziel ist ein Traum mit einer Deadline."

Wochenendseminar

Hand aufs Herz: wie lang ist Ihre Liste an noch nicht erreichten Zielen und auf Eis gelegten Träumen? Und: wann haben Sie Ihren Traum- und Zielkalender das letzte Mal aktualisiert? Nehmen Sie sich ein wenig Zeit für sich - Ihre Träume und Ziele sind es wert. In diesem Seminar lernen Sie kennen und anwenden:
- die Kriterien wohlformulierter Ziele (NLP),
- die Walt-Disney-Strategie (NLP),
- The Work of Byron Katie® - Yoga für den Verstand.

Positive Effekte und Langzeitwirkungen inklusive.

K3032
Ulrich Fischer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Sa. 16.3. / 10:00 - 18:00
So. 17.3. / 10:30 - 16:30
Anmeldeschluss 1.3.
70 €

Achtsame Sprache

Nach der Methode der „Gewaltfreien Kommunikation" von Dr. Marshall B. Rosenberg

Wochenendseminar

Wenn man mit jemandem Schwierigkeiten hat, ist die Versuchung groß, die Schuld beim anderen zu suchen. Zufriedenstellender gelingt der Kontakt, wenn man sich aufrichtig und ohne Vorwurf mitteilt und versucht, den anderen zu verstehen, auch wenn man selbst anderer Meinung ist.
Diese Einführung macht Sie vertraut mit der dafür nötigen inneren Haltung und Sie lernen, diese Haltung sprachlich auszudrücken. Die Methode wird lebensnah und mit viel Spaß ausprobiert.

K3033
Nanette Kahler, Trainerin für GFK nach Rosenberg, Inge Thomas-Worm, Dipl. Psychologin
Kassel
Zentrum V+M, Kirchweg 80 (hinter der Stadthalle)
Fr. 19.4. / 17:30 - 20:30
Sa. 20.4. / 10:00 - 17:00
So. 21.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 4.4.
75 €

Kopf oder Zettel?

Gedächtnis und Konzentrationstraining

Wochenendseminar

Eine Rede ohne Merkzettel halten, eine Tagesplanung speichern, sich die Telefonnummern oder Namen von neuen Bekanntschaften merken, den Kindern beim Lernen helfen - all das funktioniert nach dem Seminar besser: Speichern von Texten, Vokabeln und Fremdwörtern sowie von Gesprächsinhalten. Sie lernen, wie die Gedächtnisleistung des Gehirns gesteigert werden kann.

K3034
Peter BrockmaKassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Fr. 19.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 20.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
45 €

Frei von Lern- und Prüfungsstress

Tagesseminar

Lampenfieber, Prüfungsdruck, Blackouts. Für viele Menschen ist nicht die Prüfung, sondern die damit verbundene Aufregung die eigentliche Hürde. Lernblockaden und Stress hindern uns daran, unser ganzes Wissen und Können zu zeigen. Doch was passiert bei Stress in unserem Gehirn, Körper und Gefühlsleben? Mit Übungen und Methoden aus der Angewandten Kinesiologie lernen Sie, Sicherheit, Leichtigkeit und Vertrauen zurück zu gewinnen. Vor diesem Hintergrund kann ein individuelles Selbsthilfeprogramm entwickelt werden. Bitte Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

K3035
Anja Jaeger, Kinesiologin (DGAK)
Kassel
Praxis Anja Jaeger, Sickingenstr. 10
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 29.3.
35 €
+ € 9 Raummiete und Skript an Kursleitung

Heilmittel und Heilverfahren

Heilpraktiker/in Psychotherapie

Intensivkurs zur Vorbereitungsprüfung

Eine Heilpraktikerin oder ein Heilpraktiker für Psychotherapie besitzt eine staatliche Zulassung zur Ausübung der Heilkunde im Bereich der Psychotherapie und damit die Möglichkeit, selbständig oder evtl. angestellt psychotherapeutisch zu arbeiten, ohne ein Medizin- oder Psychologiestudium absolviert zu haben. Die Zulassung wird nach einer bestandenen Überprüfung der Kenntnisse und Fähigkeiten durch das Ordnungsamt erteilt. Dieser Intensivkurs vermittelt an 30 Abenden (120 Unterrichtsstunden) das gesamte prüfungsrelevante Wissen. Langjährige Praxis- und Lehrerfahrung des Lehrgangsleiters bereichern den theoretischen Prüfungsstoff. Dieses Angebot ist und ersetzt keine Ausbildung in einem psychotherapeutischen Verfahren!
Ein Info-Abend am 4.12.2012 in der Volkshochschule in Kassel, Kleiner Sitzungssaal, informiert über alle wichtigen Aspekte dieses vhs-Seminars. Weitere Informationen erhalten Sie bei Herrn Rache: 0561-1003-1685.

K3050
Thomas Wiebke, Heilpraktiker
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. / 18:00 - 21:15 / 30 Termine
910 €

Bochumer Gesundheitstraining

Wenn die drei Komponenten Körper, Geist und Seele im Einklang sind, fühlen wir uns gesund und ausgeglichen. Die Hektik des Alltags stresst häufig und weil unser Immunsystem dann geschwächt ist, werden wir schneller krank. Das Bochumer Gesundheitstraining (BGT) bietet eine Möglichkeit, das Immunsystem zu stärken bzw. wieder aufzubauen und Erkrankungen vorzubeugen. Im Training dieser Einführung stehen 5 Themen auf dem Programm:
Ort der Ruhe und Kraft, Lebensenergie, Ernährung-Bewegung-Schlaf, Abwehrkraft und Lebensfreude. Jedes Thema besteht aus verschiedenen Elementen, wie z.B: Bewegungs- und Entspannungsübungen mit Aspekten des Autogenen Trainings, Yogas und der Visualisierungen.

K3052
Edelgard Löwer, System. Therapeutin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Fr. 22.2. / 17:30 - 19:00 / 5 Termine
37,50 €

Fünf-Elemente-Ernährung (TCM) - Wie funktioniert das?

Die Ernährung, ausgerichtet nach den fünf Elementen, ist eine wichtige Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sie unterteilt die Lebensmittel nach ihren unterschiedlichen energetischen Wirkungen auf unseren Körper und Geist. In diesem Kurs, der nicht als Kochkurs ausgelegt ist, lernen Sie Wirkprinzipien und Zusammenhänge kennen. Sie erfahren, wie man durch gezielte Auswahl von Lebensmitteln das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit stärken kann. Dabei kommen auch praktische Hinweise für Essgenuss und Umsetzbarkeit nicht zu kurz.

K3058
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Kassel
Praxis Dörte Petersen, Goethestr. 34 (2. Stock)
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 6 Termine
45 €

Siehe auch Kurse K3902, Schmackhafte Fünf-Elemente-Küche, Seite 110

Angewandte Kinesiologie

Aus dem Stress in die Balance

Tagesseminar

Kinesiologie ist die Lehre der Energiebewegung im Körper, die auf der Meridianlehre (TCM) und neuester Gehirnforschung basiert. Alles Lebendige ist in Bewegung, doch Stress und belastende Erlebnisse beeinträchtigen diesen Prozess und führen oft zu körperlichen oder emotionalen Blockaden. In dieser Einführung erfahren Sie, wie Sie mit leicht zu erlernenden Methoden diese Blockaden auflösen können, um zu mehr Konzentration, Ausgeglichenheit und Lebensfreude zu gelangen.
Bitte eine Decke und bequeme Kleidung mitbringen.

K3060
Monika Altmann, Dipl. Soz. Päd.
Kassel
Praxis für Angewandte Kinesiologie, Sickingenstr. 10
Sa. 16.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 1.3.
35 €
+ Raummiete/Skript an Kursleitung 9 €

Craniosacrale Osteopathie

Frühlingsworkshop: Beruhigen und Stärken

Tagesseminar

Einfache, effektive craniosacrale Behandlungstechniken werden anschaulich vermittelt und eingeübt, z. B. das Induzieren eines tiefenentspannenden Ruhepunkts (Stillpoint) an den Füßen und das Lösen von Querspannungen. Sie lernen einen körpereigenen wellenähnlichen Bewegungsrhythmus kennen und erfahren, wie erholsam die Kontaktaufnahme mit diesem Rhythmus ist. Die Techniken können die Fähigkeit zur Entspannung langfristig fördern und gut im Privaten angewendet werden.
Bitte Decke und Kissen mitbringen.

K3062
Cedric Freiesleben, Facharzt für Allg. Medizin / Craniosacraltherapeut
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
So. 14.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 29.3.
33 €

Rückenstärkende Selbsthilfeübungen nach der Dorn-Methode

Wochenendseminar

Die Dorn-Therapie ist eine angenehme und dynamische manuelle Therapie zur Behandlung von Wirbelsäulenerkrankungen und Beschwerden des Bewegungsapparates. Ein bedeutender Teil dieser Therapie ist eine Reihe von Selbsthilfeübungen, die ermöglichen, verschobene Wirbel und Gelenke wieder zu richten und damit verbundene Beschwerden zu beheben. Die Körperhaltung und die Beweglichkeit der Gelenke werden normalisiert, eine mögliche Beinlängendifferenz kann ausgeglichen werden. In dieser Einführung werden entsprechende Übungen vorgestellt und geübt. Daneben erhalten Sie ergänzend Einblick in die Meridianlehre und Informationen über mögliche Zusammenhänge mit psychischen Problemen, die hinter Wirbel- und Gelenkverschiebungen stehen können. Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken mitbringen.

K3065
Anna-Katharina Fischer, Heilpraktikerin/Dipl. Soz. Päd.
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 11:00 - 17:00
Anmeldeschluss 29.3.
56 €

Alexander-Technik

Leichtigkeit lernen

Tagesseminar

Oft schenken wir der Art und Weise, wie wir mit uns umgehen, zu wenig Aufmerksamkeit. Die Qualität unseres „Körpergebrauchs" hat jedoch großen Einfluß auf unser Wohlbefinden. Tiefverwurzelte Gewohnheiten im Umgang mit uns selbst, die nicht unserer bewussten Kontrolle zugänglich sind, führen oft zu Beschwerden, wie z. B. Verspannungen, Rücken.-, Nacken-, Kopfschmerzen, Migräne, Stress, Gelenkversteifungen, Stimmproblemenund seelischen Disbalancen. Die Alexander-Technik ermöglicht, unsere Gewohnheiten zu erkennen und gegebenenfalls zu verändern. Mehr Bewußtheit, natürliche Aufrichtung, Leichtigkeit in der Bewegung und eine dadurch resultierende Gelassenheit sind spürbare Auswirkungen der AT. Grundlegende Informationen und ausgewählte praktische Übungen führen in die Wirkungsweise dieser Methode ein. Bitte mitzubringen: 3-4 Taschenbücher, warme Socken, bequeme Kleidung.

K3071
Ulrich Bitter
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Sa. 20.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.4.
40 €

Einführung in die Selbsthypnose

Tagesseminar

Der Begriff Hypnose bezeichnet einen natürlichen Bewusstseinszustand. Was uns jedoch nicht angeboren wurde, sind die notwendigen Methoden und Techniken, die Hypnose auch bewusst und eigenständig anzuwenden. Sie erhalten ein fundiertes Wissen über das Wesen der Hypnose und lernen außerdem unterschiedliche Techniken der Tranceinduktion und -ausleitung sowie der Autosuggestion kennen. Selbsthypnose ist kein Wundermittel und ersetzt keinesfalls eine Therapie oder ärztliche Behandlung, aber sie kann durch die Freisetzung unserer unbewussten Kräfte praktische Lebenshilfe im Alltag bieten. So kann sie z. B. zu einer vollkommenen Entspannung führen, die Konzentration steigern, bei der Bewältigung von Schlafstörungen, Ängsten, Schmerzen oder Süchten und vielem mehr helfen.
Bitte Schreibzeug, lockere Kleidung, eine Unterlage, eine Decke und ein Kissen mitbringen.

K3075
Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Sa. 9.2. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 4.2.
28 €

Über Heilhypnose erfahren - Heilhypnose selbst erleben

Tagesseminar

Das Unbewusste steuert 70% unseres Verhaltens. Die medizinische Heilhypnose - seit 1991 vom Bundesgesundheitsministerium anerkannt - arbeitet mit dieser unbewussten Ebene und löst Heilwirkungen bei seelischen und funktionellen Störungen, Sucht- und psychosomatischen Erkrankungen und Schmerzen aus. Während der Therapie weiß der Patient immer, was mit ihm geschieht, denn die neuen Hypnosetherapien beziehen auch die Verstandesebene mit in das Behandlungsgeschehen ein.
Sie lernen die wichtigsten Therapieformen der Hypnose, deren Anwendungsbereiche, Kontraindikationen, geschichtliche Zusammenhänge kennen und haben die Möglichkeit, selbst eine Heilhypnose zu erleben.
Bitte eine Decke, Kissen und Unterlage mitbringen.

K3076
Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 9.3. / 10:00 - 17:30
Anmeldeschluss 1.3.
26,50 €

Homöopathie für Kinder

Tagesseminar

Die Homöopathie wurde im 19. Jahrhundert von dem deutschen Arzt und Chemiker Samuel Hahnemann entwickelt. Die Kernaussage der Homöopahtie lautet: Similia similibus curentur, Ähnliches wird durch Ähnliches geheilt. Das bedeutet, dass homöopathische Mittel unverdünnt genau die Beschwerden auslösen, die sie verdünnt heilen helfen. Eine Heilpraktikerin erklärt das Grundprinzip der Behandlungsmethode, den Weg zum richtigen Mittel, Dosierung und Einnahme und zeigt die Grenzen der Selbstbehandlung auf.
Was tun, wenn mein Kind Erkältung, Husten, Ohrenschmerzen oder Durchfall hat? Wie kann das Kind bei neuen Schritten im Leben wie Kindergarten oder Schule unterstützt werden?

K3082
Birgit Lehmann, Heilpraktikerin
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
23 €

Kräuterwanderung

Heilende Kräfte der Natur

Exkursion

Auf einer Wanderung suchen wir die Standorte ausgewählter Pflanzen auf. Dabei erleben und erfahren wir vieles über die Heilkräfte und Besonderheiten dieser Pflanzen.

K3083
Astrid Brede
Fuldatal-Simmershausen
Grundschule, Hauffstr. 5
Sa. 15.6. / 10:00 - 13:00
Anmeldeschluss 3.6.
12 €

Die Bach-Blüten

Heilende Pflanzen und ihre Märchen/Geschichten

Exkursion

Edward Bach fand die nach ihm benannten heilenden Blüten und ihre Essenzen beim Gang durch die Natur seiner Umgebung. Einige der von ihm gewählten Pflanzen sind auch in unserer Nähe zu finden. Bei einem Pflanzen-und Blütenspaziergang wird über ihre Heilwirkungen informiert und Übungen zur Pflanzenwahrnehmung angeboten. Begleitend werden die Pflanzen in ihren kultur-historischen Bezügen vorgestellt sowie Geschichten und Märchen über sie erzählt, die vor allem aus dem keltischen Bereich stammen. Der Blick auf die Bach-Blüten wird erweitert und ihre Wirkungsweise verständlicher.

K3090
Hildegard von Campe
Hofgeismar
Hotel Sababurg (unterer Parkplatz)
Fr. 3.5. / 14:30 - 17:30
Anmeldeschluss 19.4.
15 €

Brennnessel, Giersch und Gundelrebe - Unkräuter im Suppentopf
Siehe auch Kurs K3907, Seite 110

Reisen und Gesundheit

Yoga und Kreatives Schreiben auf Sylt

Kompaktkurs

Einatmen und ausatmen, Ebbe und Flut, Ich und Du - eins nicht ohne das andere. Sich dem Rhythmus hingeben, meditierend und schreibend. Täglich zweimal Yoga-Praxis und zwei Einheiten Kreatives Schreiben in der besonderen Atmosphäre der Insel Sylt öffnen Wege zur inneren Balance. Anfänger/-innen und Fortgeschrittene im Yoga und Schreiben sind willkommen.

K3103
Regine Moschner, Kirsten Alers
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
Sa., 9.3. - Sa., 16.3. / 8 Termine
Informationsabend am Fr., 15.2., 19:30 Uhr, vhs, Wilhelmshöher Allee 19-21
Anmeldeschluss 8.2.
494 €
Leistungen: Ü/DZ mit Dusche und WC/ VP, Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 €
+ Anreise

Ich will Mee(h)r

Entspannung und mehr auf Sylt

Kompaktkurs

Eine Woche Zeit zum Entspannen, Abschalten, Loslassen - den Wellen des Meeres zuhören. Weit weg vom Alltag lernen Sie verschiedene Entspannungs- und Meditationstechniken kennen, die gut tun und helfen abzuschalten. Mithilfe systemischer Aufstellungen aus dem Psychodrama werden wir durch das Hineinversetzen in uns und in andere Situationen aus Familie, Beruf und Partnerschaft aus neuer Sicht betrachten und entspannte praktische Lösungen finden. Im Einklang mit Wellen, Wind und Meer lauschen wir wieder unserer inneren Stimme und können uns neuen Horizonten öffnen. Die restliche Zeit steht zum Kennenlernen der Insel, Spaß und Spiel, Träumen, Erholen und Bummeln zur Verfügung.

K3104
Susanne Roth
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
Sa. 2.3. - Sa. 9.3. / 8 Termine
Informationsabend: Mo., 7.1., 19:00 Uhr, vhs-Geschäftsstelle Wolfhagen, Raiffeisenweg 2
Anmeldeschluss 18.1.
419 €
Leistungen: Ü/DZ mit Dusche und WC/ VP, Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 €
+ Anreise

Yoga - Meditation und Meer

Bewegung in Dir - Begegnung mit Dir

Kompaktkurs

Mit Yoga eintauchen in den Körper, Gedanken und Gefühle wahrnehmen und über Zentrierung die eigenen Stärken und Grenzen für das finden, was jetzt wichtig ist. Das täglich wie-

derkehrende Üben von Asanas und Meditation ermöglicht eine stetige Vertiefung und Klärung dieses Prozesses und bildet gute Grundlagen für die eigene Übungspraxis zu Hause. Abendliche Meditationen „nirbija", Tagesrückblick, lassen die Tage auf Sylt ausklingen. Von Wind und Wetter abhängig entscheiden wir vor Ort, ob drinnen oder draußen geübt wird.

K3105
Monica Ortiz Vives
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
Mo. 8.4. - So. 14.4.2013 / 7 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
390 €
Leistung: Ü/DZ mit Dusche, WC und VP
Seminargebühr
+ EZ - Zuschlag € 39
+ Anreise

Zurück zu mir selbst - bewegen - Energie schöpfen - entspannen

Erlebniswoche zum Auftanken auf Sylt

Kompaktkurs

Ob Sie genießen, auftanken, entspannen oder Ihr persönliches Wachstum fördern wollen - hier sind Sie richtig. Mit leichten, rhythmischen, körperlogischen Bewegungen zu verschiedener Musik (Energy Dance®), die Freude bringt, sowie mit Dehnübungen aus dem Yogabereich und gezielter Meditation finden Sie viel Kraft und Potential in sich selbst. Durch angeleiteten Austausch in der Gruppe können Sie Ihre Erfahrungen bewusst in Ihr weiteres Leben mitnehmen. Und alles im gesunden Reizklima auf Sylt. Auch für Ungeübte geeignet, da ohne Choreografie gearbeitet wird.

L3103
Doris Taskesen
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 10.11. - So 17. 11.
Informationsabend: Mi. 4.9. / 18:30 Uhr
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21
Anmeldeschluss 4.9.
419 €
Leistungen: Ü/DZ mit Dusche und WC/ VP,
Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 €
+ Anreise

Meer sehen - mehr sehen

Wohlfühlwoche auf Sylt - Gestärkt und fit in den Winter

Kompaktkurs

Syltkenner wissen: Die Insel hat zu jeder Jahreszeit ihren Reiz. Nutzen Sie die nicht von Touristen überhäufte spätherbstliche Zeit, um Ihre Abwehrkräfte zu stärken. Durch ein leichtes Fitnessprogramm sowie Entspannungs- und Atemübungen wird der Körper erfrischt und entspannt. Für geistige Aktivitäten sorgen Gesundheits- und Ernährungsvorträge sowie ein Konzentrations- und Gedächtnistraining. Werden Ihre Augen durch Bildschirmarbeit oder Fernsehen belastet? Ein ganzheitliches Augen- und Sehtraining für Normal- und Fehlsichtige runden das Programm ab. Freuen Sie sich auf schöne Strandspaziergänge und frische Seeluft. Genießen Sie die Geborgenheit in der Gruppe oder nutzen Sie Freiräume für individuelle Unternehmungen.

L3102
Gisela Kühn
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
Sa. 2.11. - Sa 9.11
Anmeldeschluss 16.9.
419 €
Leistungen: Ü/DZ mit Dusche und WC/ VP,
Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 €
+ Anreise

Fit in den Frühling

Bewegung und Entspannung in den Bergen

Kompaktkurs

Entdecken Sie ihren Körper in einer angenehmen Urlaubsatmosphäre.
Mit einer Auswahl an Bewegungs-, Atmungs-, Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen wird ihr Interesse geweckt und Sie erlernen ihren Körper effizient zu gebrauchen. Eine positive Haltung wird ihnen durch verschiedenartige Körperarbeit vermittelt.
Es erwartet Sie ein Ganzkörpertraining, die Mobilisation der Wirbelsäule und Gelenke und das Erlernen eines schonenden Umgangs mit dem Körper im Beruf und Alltag. Sie dürfen die Hektik des Alltags verlassen und mit gezielten Bewegungslektionen die Leichtigkeit von Bewegung erfahren. Körperlich, geistig und seelisch erfrischt können sie in den Alltag zurückkehren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

K3106
Andrea Sauerwald
Schönau am Königssee
Haus Panorama, Panoramaweg 7
Fr. 15.3. - Fr. 22.3. / 8 Termine
Informationsabend: Mi., 30.1., 19:00 Uhr,
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21
419 €
Leistungen: Ü/DZ mit Dusche und WC/ VP,
Seminargebühr
+ EZ-Zuschlag 45 ¤
+ Anreise

Stressmanagement und Globalisierung im Odenwald

Bildungsurlaub

Die Volkshochschulen Darmstadt und Region Kassel bieten in der vorletzten Woche der hessischen Sommerferien vom 5.-9. August 2013 einen Bildungsurlaub im Landhotel Kühler Grund in Grassellenbach im Odenwald an. Das Seminarangebot umfasst neben dem 40stündigen Bildungsurlaub zum Thema Stressmanagement durch Feldenkrais die Unterkunft im Doppelzimmer mit Vollverpflegung und Tagungsgetränken sowie die Nutzung des hauseigenen Wellnessbereichs. Die Anmeldung erfolgt über die vhs Darmstadt.
Ausführliche Informationen zu Inhalt und Ablauf dieses Bildungsurlaubs erhalten Sie bei der:
vhs Region Kassel
achim-rache@landkreiskassel.de,
0561-1003-1685 oder -1691
vhs Darmstadt
steffen.wachter@darmstadt.de,
06151-133035 oder -132786.

K3108
Barbara Schacker, Werner Schacker
Grassellenbach
Landhotel Kühler Grund, Trommstr. 5
Mo. 5.8. - Fr. 9.8. / 5 Termine
Anmeldeschluss 19.7.
440 €
Leistung: Ü/DZ mit Dusche, WC und VP
Seminargebühr
+ EZ - Zuschlag € 50
+ Anreise

Wir pflegen Ihr Kind gesund!
IAKCHOS Kindergenesungshaus
Ihr Kind ist krank oder z.B. nach einer OP noch erholungsbedürftig?
Sie haben jedoch keine Möglichkeit, länger zu Hause zu bleiben?
Im IAKCHOS Kindergenesungshaus pflegen wir Ihr Kind gesund!
Wir betreuen Kinder im Alter von 18 Mon. bis 14 Jahren wochentags von 7-17 Uhr.
IAKCHOS Kindergenesungshaus
im Gesundheitszentrum Marbachshöhe
Ludwig-Erhard-Str. 34, 34131 Kassel
Tel: (05 61) 3 14 97 06
info@gzm-kassel.de, www.gzm-kassel.de

Stressbewältigungs- und Entspannungstechniken

Weg zur Ruhe mit dem Herzkreis

Der Herzkreis stellt eine Serie von 12 Bewegungen dar und ist die Grundlage eines psychosomatischen Selbsthilfeprogramms nach Dr. A. Gaussmann und Dr. M. Schmidt. Mithilfe des Atems und der Bewegungen wird die Körperwahrnehmung geschult und es kommt zu einem Dialog des Körpers bzw. Herzens mit sich selbst. Der Zugang findet dabei auf 3 Ebenen statt: der vital-körperlichen, der emotionalen und der mental-kognitiven Ebene. Geeignet zur Prävention und Rehabilitation von Herzerkrankungen, zur Entfaltung einer herzgesunden Lebensweise sowie für Personen mit stressbedingten Symptomen. Bitte bequeme Kleidung tragen und eine Decke und Isomatte mitbringen.

K3110
Margrit Schröder
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Do. 21.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05605-1310
70,50 €

Stressausgleich im Alltag

Tagesseminar

Anforderungen des Alltags wie Reizüberflutung, Termindruck und emotionale Überlastung im privaten oder beruflichen Bereich führen zu dem Bedürfnis, einen Ausgleich zu finden, der in ein inneres Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist zurückführt.
Sie lernen
- Stresstheorie und persönliche Stressanalyse kennen
- kurz- und langfristige Strategien und Techniken zur Stressverringerung kennen
- sich Ziele zu setzen, um den eigenen Alltag zufriedener gestalten zu können.

Bitte eine Decke, dicke Socken und eine Unterlage mitbringen.

K3121
Martina Henne
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:30
Anmeldeschluss 12.4.
32 €

Gelassenheit tanken

Wochenendseminar

Ihnen steht ein Wochenende zur Verfügung, das Sie ganz für sich und Ihr Wohlbefinden nutzen können. Entdecken Sie, mit welchen Entspannungsverfahren und Übungen Sie am besten abschalten können und welche Ruheinseln Sie bevorzugen. Nehmen Sie sich Zeit, um innezuhalten und auf sich selbst und Ihre Wahrnehmungen zu achten. Erproben Sie, wie Sie auch in Alltag und Beruf mehr Gelassenheit bewahren und welche Quellen Sie nutzen können, um Kraft und Energien wieder aufzutanken. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und ggfs. Mittagsverpflegung mitbringen.

K3122
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
60 €

Siehe auch Kurs K5039, Seite 149
Augenentspannung am PC

Foto: Gerd Altmann/pixelio.de

Endlich Zeit haben!

Wochenendseminar

Die Zeit scheint immer mehr zu rasen. Wir hetzen von Termin zu Termin, verlieren uns dabei selbst aus den Augen und glauben oft, keine andere Wahl zu haben. Wer oder was treibt uns an? Was glauben wir, uns und anderen beweisen zu müssen? Warum beuten wir uns selbst derartig aus? Es werden Wege und Methoden gezeigt, Ihr persönliches Zeiterleben zu verlangsamen und zu größerer Gelassenheit zu finden. Sie lernen, die Stimmen Ihrer inneren Antreiber zu identifizieren und zu besänftigen, damit diese Sie nicht wieder veranlassen, sich immer wieder erneut auszupowern. Sie sind eingeladen, Ihre Lebensfreude wiederzuentdecken, um sie in den Alltag mitzunehmen. Achtsamkeit, Imaginations- und Wahrnehmungsübungen sind u. a. die Methoden, mit denen wir arbeiten. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Kissen mitbringen.

K3123
Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Sa. 9.3. / 10:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 22.2.
60 €

Siehe auch Vortrag „Endlich Zeit haben“, Seite 74

Wer schneller lebt - ist eher fertig!

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Die nicht wertende Wahrnehmung dessen, was im gegenwärtigen Augenblick wirklich geschieht, ist Ausgangspunkt befriedigender Lebensgestaltung. Wir benötigen innere Klarheit, um zu erkennen, was akzeptiert und was verändert werden kann. Das intensive praxis-

DA IST POWER DRIN: AOK HESSEN

Die hessischen Volkshochschulen und die AOK Hessen arbeiten auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung zusammen. Wir bieten unseren Versicherten finanzielle Beteiligung an anerkannten Gesundheitskursen zu:

- **Bewegung**
  Rückenschule
  Wirbelsäulengymnastik
  Walking/Nordic Walking
  Aqua-Training/-Jogging
  Beckenboden
- **Entspannung/ Stressbewältigung**
  Autogenes Training
  Hatha-Yoga, Qigong und Taijiquan
  Progressive Muskelentspannung
- **Ernährung**
  Gewichtsreduktion
  Gesunde Ernährung
- **Raucherentwöhnung**

AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
Informationen rund um die Gesundheit gibt es unter **www.aok.de/hessen** und **www.vhs-in-hessen**

und erfahrungsorientierte Programm „Stressbewältigung durch Achtsamkeit" (engl. MBSR) zählt mittlerweile zu dem wichtigsten Verfahren der komplementären Medizin und Psychotherapie. Es verbindet verhaltensmedizinische Aspekte mit der östlichen Methode der Achtsamkeitsmeditation.

K3124
Ulrich Fochtler, Gestalttherapeut (HPG), Kassel
Haus Chassalla, 4. OG, Sickingenstr. 10
6.3. bis 29.5., 19:30 - 21:30, sowie Sa., 27.4., 10:00 - 17:00, 10 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
76 €
+ Arbeitsmappe und drei Begleit-CD's 50 € sowie 36 € Raummiete an Kursleitung

Inneren Frieden finden

Achtsames Sein

Wochenendseminar

Kummer und Sorgen entstammen überwiegend unseren Gedanken, den Erinnerungen ans Gestern und unseren Fantasien über das Morgen. Indem wir lernen, aufmerksam und wertfrei zu beobachten, was sich gerade JETZT in uns und um uns her ereignet, verbinden wir uns mit unserem tiefen Wissen um unsere Verbundenheit mit dem Leben. So lösen wir uns von unseren begrenzenden Vorstellungen, wie die Welt und wir zu sein hätten, und kommen in Frieden mit dem, was IST. Bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Sitzkissen mitbringen.

K3125
Angela Osius, Heilpr. Psychoth./Dipl. Supervisorin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Sa. 13.4. / 10:00 - 18:00
So. 14.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 29.3.
60 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Wenn alles zuviel wird

Einführung in unterschiedliche Entspannungsverfahren

Das Angebot an Entspannungsverfahren ist riesig. Nicht jeder findet in der großen Fülle von Ratgebern und Entspannungstechniken das, was zu ihm und seiner Situation passt. Der Kurs bietet eine praktische Einführung in unterschiedliche Entspannungsverfahren, wie z. B. Autogenes Training, Progressiver Muskelentspannung, Achtsamkeitstraining und mentale Techniken. Tipps und Hinweise zur besseren Bewältigung von Belastungen runden den Kurs ab. Bitte eine Iso-Matte, Decke und Kissen mitbringen.

K3126
Doris Haas
Calden-Ehrsten
Praxis für Kunst-/Psychotherapie Haas, Schreckenbergstr. 1
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:30 / 5 Termine
37,50 €
+ 10 € für Raumnutzung an Kursleitung.

Wellness - Für Seele, Fitness und Beweglichkeit

Tagesseminar

Neben verschiedenen Muskel kräftigenden Übungen für Rücken, Bauch, Beine, Po und Stretchingübungen liegt ein weiterer Schwerpunkt auf Atem- und Entspannungstechniken. In der Kombination von bewusster Bewegung und Atmung wird das Gewebe gestrafft und Ver- bzw. Anspannungen können gelöst werden. Zudem lernen Sie einige ausgewählte Energiepunkte der Akupressur kennen, die bei Schmerzen hilfreich aktiviert werden können. Abgerundet wird der Tag mit Tiefenentspannung und Fantasiereisen. Bitte Decke, Handtuch und dicke Socken mitbringen.

K3129
Tuira Kögler, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Sa. 9.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.2.
33 €

Aktiv- und Wellnesstag in Breuna

Tagesseminar

Gönnen Sie sich einen Tag Erholung und Entspannung in der Märchenlandtherme in Breuna. Mit Nordic Walking starten Sie und nach einer Stärkung mit Obst und Getränken setzen Sie Ihr Gesundheitsprogramm mit Aqua Fitness fort. Lassen Sie sich anschließend mit einer Ganzkörpermassage inklusive Körperpeeling im Dampfbad und in der Sauna verwöhnen und genießen Sie am Abend die Auswahl gesunder Köstlichkeiten.
Bitte mitbringen: einen Bademantel, Handtücher, Badeschuhe, zwei Badeanzüge (Bikinis) sowie Outdoorkleidung für Nordic Walking.

K3130
Rosemarie Schwering
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Sa. 16.3. / 9:30 - 19:00
Anmeldeschluss 8.3.
75 €
Leistungen: Seminargebühr, Massage, Saunanutzung, Mittag- und Abendessen

Körperschulung

Schwerpunkt Rücken

Für Frauen

Durch eine gezielte Zusammenstellung von einfachen Yoga-Übungen, Rückenschule und Entspannung sollen die allgemeine Beweglichkeit, Körperhaltung und -wahrnehmung verbessert werden.

K3133
Sabine Ide
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:15 / 13 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-9320
65 €

Autogenes Training

Autogenes Training ist eine wissenschaftlich fundierte und langjährig erprobte Methode der Selbstentspannung. Bei regelmäßiger Anwendung lernen Sie, sich gezielt zu erholen und zu entspannen, Ihre Konzentrationsfähigkeit zu steigern und Ihre körperlich-seelische Balance wieder zu finden. Sie werden angeleitet, ausgewählte Übungen selbstständig durchzuführen, und erfahren die Grundlagen dieser Methode. Bitte bequeme Kleidung, Socken, Decke, eine Unterlage und ein Kissen mitbringen.

Grundkurse

K3140
Dagmar Thom
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:15 / 10 Termine
57 €

K3141
Liane Heßler
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 14.2. / 18:45 - 19:45 / 10 Termine
46 €

Autogenes Training, körpertherapeutische Übungen und Fantasiereisen

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Decke, eine Unterlage und ein Kissen mitbringen.

K3145
Grundkurs
Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Immenhausen-Holzhausen
Bürgerhaus, Kasseler Str. 70
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 11 Termine
Anmeldung bis zum 4.2. nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05544-7209
55 €

K3146
Aufbaukurs
Heidemarie Hofmann-Grünzig, Heilpraktikerin
Immenhausen-Holzhausen
Bürgerhaus, Kasseler Str. 70
Do. 14.2. / 20:15 - 21:45 / 11 Termine
Anmeldung bis zum 4.2. nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05544-7209
55 €

Autogenes Training mit Atem- und Körperübungen

Aufbaukurs

K3147
Susanne Roth
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mo. 11.2. / 19:15 - 20:45 / 10 Termine
50 €

Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung (PME)

Sie haben die Gelegenheit, beide Verfahren kennen zu lernen und auszuprobieren, welche Entspannungsmethode für Sie geeignet ist. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken und eine Decke mit.

K3168
Frank Hübenthal
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mi. 27.2. / 19:30 - 21:00 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05671-409012
59 €

K3169
Frank Hübenthal
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 26.2. / 19:30 - 21:00 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05671 - 409012
59 €

Siehe auch Vortrag „Wege zur Entspannung“, Seite 74

Progressiver Muskelentspannung (PME)

PME ist ein Verfahren der Tiefenmuskelentspannung, in dem durch aktives, systematisches Anspannen und Lösen bestimmter Muskelgruppen sowie mit Hilfe von Konzentration auf den Atem ein Zustand tiefer körperlicher und seelischer Entspannung erreicht werden kann, der das Wohlbefinden steigert und Ängste mindert. Sie lernen, dieses Verfahren gezielt in Stress und angstauslösenden Situationen anzuwenden und Folgebelastungen damit vorzubeugen. Für aktive Menschen empfehlenswert als Alternative zum Autogenen Training. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken und eine Decke mit.

Tagesseminar

K3170
Brigitte Kauder
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Sa. 23.2. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 18.2.
25 €

Grundkurse

K3171
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Do. 14.2. / 18:45 - 19:45 / 10 Termine
46 €

K3172
Grundkurs
Margrit Schröder
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
70,50 €

K3173
Für Frauen
Doris Haas
Calden-Ehrsten
Praxis für Kunsttherapie u. Psychotherapie D. Haas
Fr. 1.3. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
66 €
+ Raumkosten 10 €

TrophoTraining®

Die Sekundenübung für Ruhe, Gelassenheit, Regeneration und Lebensfreude

Tagesseminar

TrophoTraining® bewirkt von innen heraus eine Stärkung für konzentrierte Gelassenheit, Entspannung und Stressabbau. Es besteht aus sieben kleinen Übungsschritten, die aufeinander aufbauend eingeübt werden. Sie benötigen für das TrophoTraining® nur 3 x etwa 1 Minute Zeit am Tag und können es zu jeder Zeit an jedem Ort anwenden. Bereits nach kurzer Zeit des Übens stellen sich erfreuliche Ergebnisse wie größere Gelassenheit und ein Wohlgefühl ein.

K3190
Susanne Baberuxki
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Sa. 9.3. / 10:00 - 14:30
Anmeldeschluss 22.2.
30 €

K3191
Susanne Baberuxki
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Sa. 13.4. / 10:00 - 14:30
Anmeldeschluss 29.3.
30 €

Feldenkrais-Methode®
Bewusstheit durch Bewegung

Bei der Feldenkrais-Methode® werden einfache Bewegungsabläufe bewusst und ohne Anstrengung ausgeführt. Dabei wird es möglich, sich selbst klarer zu spüren, eigene Grenzen zu erkennen und neue Bewegungs- und Handlungsspielräume zu entdecken. Nicht Leistungsdenken, sondern Neugierde und Bewegungsfreude stehen im Vordergrund. Über die Erfahrung vielfältiger Bewegungsmöglichkeiten kann Stress abgebaut, Schmerz verringert und zu einer besseren Haltung gefunden werden. Die Methode erfordert keinerlei Vorerfahrung, sie wendet sich an alle, die lernen wollen, sich leichter und harmonischer durchs Leben zu bewegen.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

Grundkurse

K3200
Maria-Elisabeth Porz
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 10 Termine
50 €

K3201
Maria-Elisabeth Porz
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 9.3. / 14:00 - 17:15
Anmeldeschluss 1.3.
18 €

K3202
Maria-Elisabeth Porz
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 20.4. / 14:00 - 17:15
Anmeldeschluss 10.4.
18 €

Aufbaukurs

Vorkenntnisse mit der Methode sind erwünscht, z. B. Grundkurs.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und ein kleines Kissen mitbringen.

K3204
Maria-Elisabeth Porz
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 10 Termine
50 €

Massagen

Für alle Massageangebote bitte unbedingt bequeme Kleidung, Massageöl, Handtuch, Decke, Laken und ein kleines Kissen mitbringen.

Massage zum Kennenlernen und Wohlfühlen

Tagesseminar

Sie lernen einzelne Griffe ausgewählter Massagetechniken kennen, um in entspannter Atmosphäre ihre wohltuenden Wirkungen auszuprobieren. Inhalte:
- Übungen zur Entspannung und bewussteren Körperwahrnehmung
- Angeleitete und zu zweit ausgeführte Massagen der Klassischen und der Fußreflexzonen-Massage, der Akupressur und der Craniosacral-Methode.

Bitte zu zweit anmelden!

K3250
Therese Bühlmann
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Sa. 16.3. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 1.3.
40 €

Massage im Frühling genießen

Tagesseminar

Wohlfühlen, entspannen und achtsame Berührung im Geben und Nehmen erleben. Sich für einander Zeit nehmen und unter einfühlsamer und kompetenter Anleitung eine ganzheitliche Ganzkörpermassage kennen lernen. Bitte zu zweit anmelden und bequeme Kleidung, zwei Laken, eine Unterlage und Massageöl mitbringen.
Bitte sorgen Sie für kurze Fingernägel.

K3251
Maria Landgraf
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
So. 17.3. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 8.3.
35 €

Ayurvedische Massage

Tagesseminar

Die ayurvedische Massage ist eine entspannende und zugleich energetisierende Tiefengewebemassage, die den ganzen Körper umfasst. Muskelverspannungen können gelöst werden, der Energiefluss wird aktiviert und die Beweglichkeit der Gelenke und der Wirbelsäule wird verbessert. Öle und Pulver zur Reinigung und Entschlackung unterstützen die Massage. Sie erhalten einen guten Einblick in die Grundlagen dieser Technik in Bezug auf Rücken, Beine und Füße. Das Seminar bietet Ihnen Entspannung und Genuss pur.

K3252
Bettina Reusse
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
So. 14.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 29.3.
40 €

Die ayurvedische Fußmassage

Tagesseminar

Die ayurvedische Fußmassage hilft dabei Stress, Hektik, innere Unruhe, Schlafstörungen und sonstige „Wind-Symptome" (Vata) zu reduzieren. Neben der langen Form der Fußmassage (ca. 45 Min.) wird auch die kurze Form (ca. 20 Min.) vermittelt. Zudem erhalten sie eine kurze Einführung in die Theorie und Therapie von Ayurveda. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke, zwei Handtücher und Massageöl mitbringen.

K3253
Rainer Brummelte, Dipl.oec.troph., Ernährungswissenschaftler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
So. 10.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 22.2.
35 €

Entspannungsmassage mit Elementen aus dem Ayurveda

Tagesseminar

Fließende, streichende, achtsame Berührungen mit warmen Öl bringen tiefe Entspannung, können Blockaden lösen, regen die Selbstheilungskräfte an und bringen die Lebensenergie zum Fließen.
Bitte zwei große Laken, zwei große Duschhandtücher und Massageöl mitbringen.

K3254
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 8.3.
24 €

Fußreflexzonen-Massage

Tagesseminar

Diese Massagetechnik basiert auf den Grundlagen der traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und beschäftigt sich mit den Energieflüssen im Körper. Diese einführenden Seminare machen Sie vertraut mit den Grundlagen dieser Technik und einer Auswahl wichtiger Reflexzonen. Die Füße bilden, in Zonen unterteilt, unseren gesamten Körper und alle Organe ab, so dass über gezielte Massagen einzelne Bereiche oder auch der ganze Körper wieder ausbalanciert werden können. Im Mittelpunkt stehen die Selbstmassage und die gegenseitige Massage ausgewählter Reflexzonen. So entsteht ein wohltuender Wechsel von Lernen und Entspannen.

K3255
Therese Bühlmann
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Sa. 13.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 29.3.
40 €

K3256
Birgit Lehmann, Heilpraktikerin
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Sa. 13.4. / 9:00 - 18:00
So. 14.4. / 10:00 - 16:00
2 Termine
Anmeldeschluss 5.4.
59 €

Kopf - und Gesichtsmassage

Tagesseminar

Mit Einflüssen aus fernöstlichen Massagearten, wie z.B. der Akupressur, erlernen Sie eine leicht verständliche und entspannende Kopf- und Gesichtsmassage, die Sie jederzeit im Alltag einfließen lassen können. Wir üben untereinander oder melden Sie sich mit Partner/in an. Bitte Decke, Handtuch, Kopfkissen, dicke Socken mitbringen.

K3260
Tuira Kögler, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 1.3.
33 €

Entspannung durch Handmassage und Akupressur

Tagesseminar

Neben einer kleinen Einführung in die chinesische Lehre der Akupressur erhalten Sie eine praktische Anleitung zur Handmassage. Die Methode kommt aus der chinesischen Medizin und heißt „TuiNa", was übersetzt soviel wie Schieben und Greifen bedeutet. Es handelt sich um eine sehr entspannende, wohltuende Methode, die sich überall im Alltag ganz einfach integrieren lässt und wenig Aufwand erfordert.
Bitte ein kleines Handtuch, eine Decke und ein Kissen mitbringen.

K3262
Désirée Schulte
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, „Penthouse"
Sa. 2.3. / 11:00 - 15:00
Anmeldeschluss 22.2.
18 €

Partner-Massage mit Aromaölen

Tagesseminar

Die Verbindung von wohltuender Massage und ätherischen Ölen ist ein Geschenk für Körper, Seele und Geist. Auf Grundlage von leicht zu erlernenden Streichungen und Massagegriffen sowie dem Duft der Öle hilft die Massage, Stress und Verspannungen abzubauen. Das angewärmte Öl, warme, massierende Hände und sorgsam angeleitete Bewegungs- und Entspannungsübungen geben Gelegenheit, sich zu erholen. Alle Zellen und Sinne werden genährt, weil wir uns endlich Zeit nehmen innezuhalten. Im Vordergrund stehen Rücken-, Nacken- und eine wohltuende Fußmassage. Zudem erfahren Sie, welche Öl-Mischungen besonders geeignet sind, und mit wenigen Tropfen der Essenzen stellen wir ein wunderbares Massageöl her.

K3265
Bettina Reusse
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
So. 21.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 5.4.
40 €
Bitte ätherische (naturreine) Öle, 1 Laken ohne Gummizug, 1 Decke, 1 gr. Handtuch, bequeme Kleidung und evtl. ein Sitzkissen mitbringen.
+ ca. € 5 für ein Trägeröl und Fläschchen

Partnermassage

Tagesseminar

Mit einfachen Massagegriffen, mit Konzentration auf den Partner, mit dem Gespür der eigenen Intuition und mit Zeit füreinander wirken Sie dem Alltagsstress entgegen, sorgen für Entspannung und tun sich und dem Partner etwas Gutes. Das Wohlbefinden wird gesteigert und Ihre Selbstheilungskräfte werden angeregt. Bitte zu zweit anmelden und bequeme Kleidung, eine Decke, eine Unterlage/Isomatte, dicke Socken, ein Handtuch, Wasser und Massageöl mitbringen.

K3266
Antje Schäfer
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 16.2. / 10:00 - 16:45
Anmeldeschluss 8.2.
27 €

K3267
Antje Schäfer
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 27.4. / 10:00 - 16:45
Anmeldeschluss 15.4.
27 €

Kundalini-Yoga

Kundalini-Yoga ist eine dynamische Form des Yogas. Die Übungen sind kräftigend und meditativ, entspannend und belebend. Statt Rückzug aus der Welt fördert es die eigene Kraft, die Wahrnehmung und innere Stabilität, um Herausforderungen in Beruf und Alltag besser bewältigen zu können. Deshalb ist es für jedes Alter, unabhängig von der körperlichen Fitness, geeignet. Eine typische Yogastunde besteht aus Einstimmung, Übungsreihe, Tiefenentspannung und Meditation. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

Grundkurse

Diese Kursangebote richten sich an alle, die Kundalini-Yoga kennen lernen wollen oder ihre Kenntnisse und Übungspraxis vertiefen möchten. Voraussetzungen: Keine.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3270
Tinka Sabine Hesse
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Mo. 18.2. / 16:00 - 17:30 / 12 Termine
60 €

K3271
Grundkurs
Angelika Dörr
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 16:45 - 18:15 / 10 Termine
50 €

K3272
Tinka Sabine Hesse
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

Grund- und Aufbaukurse

Diese Angebote richten sich an alle, die Kundalini-Yoga kennen lernen wollen oder ihre Kenntnisse und Übungspraxis vertiefen möchten. Eine Einführung erfolgt in den ersten beiden Stunden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3273
Petra Kimm
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 12 Termine
60 €

K3274
Petra Kimm
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Kundalini-Yoga auf dem Stuhl

Für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit und ältere Menschen

Übungsreihen des Kundalini-Yoga verbessern körperliche und geistige Beweglichkeit, fördern Durchblutung, trainieren den Beckenboden und stärken Gehirn und Nervensystem. Atemübungen verbessern die Sauerstoffversorgung des Blutes und vergößern das Lungenvolumen. Meditation macht den Geist ruhig und friedlich und beugt Depressionen vor.

K3275
Grundkurs
Angelika Dörr
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 15:00 - 16:30 / 10 Termine
50 €

Vinyasa Power Yoga - Workout

Fitnessorientiert, dynamisch und kraftvoll gestaltet, zeichnet sich dieses ganzheitliche Yoga-Workout für Körper und Seele aus. Einzelne Yogapositionen (Asanas) werden zu fließenden Übungssequenzen (Flows) verbunden. Atemsynchronisiertes, bewusstes Halten einzelner Yogapositionen fördern Muskelaufbau und Flexibilität und verhelfen zu einem gesunden, starken und geschmeidigen Körper. Jede Yogastunde wird mit einer Schlussentspannung ausgeleitet. Dieses Programm mit sportlichem Ausgleich für den Körper und energetischer Ausgeglichenheit für den Geist lässt Sie energieerfüllt und entspannt in den Feierabend oder ins Wochenende starten.

Grundkurse

K3276
Corina Spaar
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Fr. 1.3. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
50 €

Yoga

K3277
Corina Spaar
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mo. 4.3. / 16:00 - 17:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 27.2.
50 €

Aufbaukurs I

K3278
Voraussetzung: Grundkurs oder gute Yoga-Kenntnisse
Corina Spaar
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Mi. 6.3. / 16:00 - 17:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 27.2.
50 €

Hatha-Yoga

Yoga ist ein altes indisches Selbsterfahrungssystem, das sich an den Menschen in seiner ganzen Vielfalt wendet. In Europa ist davon vor allem das Hatha-Yoga bekannt. Im Hatha-Yoga erschließt sich über den Weg des Übens ein tieferes Erleben und Erfahren des eigenen Körpers. Die Verbindung von Körper- und Atemübungen (Asanas und Pranayama), Entspannung und Konzentration, stärkt die körperliche Konstitution und verbessert das Allgemeinbefinden. Die Übungen wirken auf natürliche Weise Zerstreutheit und Stress durch innere Zentrierung und Sammlung entgegen und bringen Körper, Geist und Seele behutsam in Einklang.

Grundkurse

Diese Kursangebote richten sich an alle, die Hatha-Yoga kennen lernen wollen oder die einen Wiedereinstieg suchen. Voraussetzungen: Keine. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3279
Uwe Siekmann
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mo. 11.2. / 17:00 - 18:30 / 12 Termine
60 €

K3280
Uwe Siekmann
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mo. 11.2. / 18:45 - 20:15 / 12 Termine
60 €

K3281
Claudia Tobisch
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 12 Termine
60 €

K3282
Andrea Bode
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
50 €

K3283
Meinolf Ernst
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

K3284
Andrea Bode
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
50 €

K3285
Subash Bajaj
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

K3286
Rosemarie Hülsmann
Kassel
Yogaschule Kassel, Lange Str. 87a
Do. 14.2. / 17:00 - 18:30 / 12 Termine
60 €
+ € 10 Raumnutzung an Kursleitung

K3287
Christina Winkler
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

K3288
Rainer Brummelte, Dipl.oec.troph., Ernährungswissenschaftler
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Fr. 12.4. / 17:00 - 18:30 / 10 Termine
50 €

K3290
Iris Wagner
Wolfhagen
Zehntscheune, Ritterstr. 1, 2. Eingang, 1. Stock
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 10 Termine
50 €

Grund- und Aufbaukurse

Diese Angebote richten sich an alle, die Hatha-Yoga kennen lernen wollen oder ihre Kenntnisse und Übungspraxis vertiefen möchten. Eine ausführliche Einführung erfolgt in den ersten beiden Stunden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3310
Ursula Schramm
Calden
Wilhelmsthal-Schule, Weserstr. 9
Do. 14.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05609-808909
75 €

K3311
Marianne Guiard
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Di. 12.2. / 17:45 - 19:15 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-6174,
60 €

K3312
Marianne Guiard
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-6174,
60 €

K3313
Petra Kimm
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mo. 11.2. / 16:00 - 17:30 / 12 Termine
60 €

K3314
Meinolf Ernst
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Mo. 11.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K3315
Petra Kimm
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Di. 12.2. / 9:15 - 10:45 / 12 Termine
60 €

K3316
Gabriele Bittner
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 12 Termine
60 €

K3317
Claudia Tobisch
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

K3319
Gabriele Bittner
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K3323
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Marion Hanekamp
Kaufungen-Oberkaufungen
Kath. Kirche St. Heinrich, Niester Str. 16
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
50 €

K3324
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Marion Hanekamp
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mi. 13.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
75 €

K3325
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Marion Hanekamp
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
75 €

K3326
Gabriele Maria Mader
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K3327
Gabriele Maria Mader
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K3328
Simone Prager
Niestetal-Heiligenrode
Wilhelm-Leuschner-Schule, Karl-Marx-Str. 32
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 12 Termine
60 €

K3329
Eva Barna
Schauenburg-Elgershausen
Elgerhaus, Amters Hof 3
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
60 €

K3330
Marianne Guiard
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-6174
60 €

K3331
Iris Wagner
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mo. 11.2. / 19:50 - 21:20 / 10 Termine
50 €

K3332
Gabriele Lieblein
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Mi. 13.2. / 16:15 - 17:45 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch d. Kursleitung,Tel.: 0561-818124 nach 17:00 Uhr
60 €

K3333
Gabriele Lieblein
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung d. die Kursleitung,Tel.: 0561-818124 nach 17:00 Uhr
60 €

K3334
Doris Kerber
Vellmar-Niedervellmar
Kindertagesstätte, Steinstücker Weg 21
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
60 €

K3335
Gabriele Lieblein
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung,Tel.: 0561- 818124 nach 17:00 Uhr
60 €

K3336
Iris Wagner
Wolfhagen
Zehntscheune, Ritterstr. 1, 2. Eingang, 1. Stock
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
50 €

K3337
Marianne Guiard
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 11 Termine
55 €

K3338
Tamara Kaspar
Zierenberg
Elisabeth-Selbert-Schule, Zum Steinborn 1
Di. 12.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
60 €

Aufbaukurse

Voraussetzungen: Yoga-Erfahrungen, mindestens aber Grundkurs.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3340
Jutta Ditzel
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo. 11.2. / 15:00 - 16:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-1405
60 €

K3341
Jutta Ditzel
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo. 11.2. / 17:00 - 18:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-1405
60 €

K3342
Volker Pimpl
Baunatal-Altenritte
Vereinshaus, Ritterstr. 1
Mo. 28.1. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05625-5645
50 €

K3343
Jutta Ditzel
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-1405
60 €

K3344
Volker Pimpl
Baunatal-Altenritte
Vereinshaus, Ritterstr. 1
Mo. 28.1. / 19:50 - 21:20 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05625 - 5645
50 €

K3345
Alexandra De Neufville
Baunatal-Altenritte
Vereinshaus, Ritterstr. 1
Di. 12.2. / 8:30 - 10:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561- 498518
60 €

K3346
Rosemarie Hülsmann
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mi. 13.2. / 9:00 - 10:30 / 12 Termine
60 €

K3347
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Marion Hanekamp
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
75 €

K3351
Gabriele Lieblein
Niestetal-Heiligenrode
Wilhelm-Leuschner-Schule, Karl-Marx-Str. 32
Di. 12.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561- 818124 nach 17:00 Uhr
60 €

K3352
Iris Wagner
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 10 Termine
50 €

K3353
Gabriele Lieblein
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 14.2. / 19:45 - 21:15 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, , Tel.: 0561- 818124 nach 17:00 Uhr
60 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Themenorientiertes Yoga

Hatha-Yoga und Ayurveda

Hatha-Yoga und Ayurveda sind zwei Seiten eines Ganzen im altindischen Gesundheitswesen. Sie erlenen klassische Yoga-Übungen und erhalten eine Einführung in das Ayurveda, das die Gesundheitsaspekte speziell beleuchtet. Bei Interesse kann zwei- bis dreimal im Laufe des Semesters ayurvedisch gekocht werden. Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3360
Subash Bajaj
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Fr. 15.2. / 17:00 - 18:30 / 12 Termine
60 €

Hatha-Yoga für den Rücken

Grund- und Aufbaukurs

Wir werden mit speziell angepassten Yogaübungen für den Problembereich Nacken, Schultern und Rücken uns etwas Gutes tun. Atemlenkung erhöht das Energieniveau, löst Blockaden, und die Tiefenentspannung zum Abschluss einer jeden Stunde sorgt für tiefe Ruhe und lässt den Körper die freigesetzte Energie aufnehmen. Harmonie für Körper, Geist und Seele.
Bitte bequeme Kleidung tragen, dicke Socken und eine Decke mitbringen.

K3362
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mi. 20.2. / 19:45 - 21:15 / 12 Termine
60 €

Hatha-Yoga und Rückenschule

Grundformen des Hatha-Yoga werden kombiniert mit Dehn- und Kräftigungsübungen zur Stabilisierung des Rückens, zur Förderung des Muskeltonus und Haltungsbewusstseins. Die konzentrierte Ausführung einzelner Übungen beeinflusst positiv das Körperbewusstsein im Zusammenspiel von Meditation und Atemübungen.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

Grundkurse

K3364
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 13 Termine
65 €

K3365
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:00 / 13 Termine
65 €

K3366
Monica Ortiz Vives
Kassel
Praxis Breuer-Knuf, Mergellstr. 40
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 13 Termine
65 €
+ € 18 Raumnutzung an Kursleitung

K3367
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Do. 14.2. / 16:00 - 17:30 / 13 Termine
65 €

Aufbaukurse

Voraussetzungen: Hatha-Yoga-Grundkurs

K3368
Monica Ortiz Vives
Kassel
Praxis Breuer-Knuf, Mergellstr. 40
Mo. 11.2. / 16:00 - 17:30 / 13 Termine
65 €
+ € 18 Raumnutzung an Kursleitung

K3369
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mi. 13.2. / 16:00 - 17:30 / 13 Termine
65 €

K3370
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Do. 14.2. / 17:30 - 19:00 / 13 Termine
65 €

Hatha-Yoga nach dem Sternzeichen im Mondkalender

Grund- und Aufbaukurse

Die 12 Sternzeichen durchlaufen in einem Rhythmus von 2-3 Tagen den 29 Tage dauernden Mondmonat. Die Wocheneinteilung ist am Himmel sichtbar, Vollmond, Halbmond... Den einzelnen Sternzeichen sind Körperzonen oder Organen zugeordnet. Bei zunehmendem Mond werden aufbauende und stärkende Körperübungen durchgeführt, die zur Schonung und Erholung einladen. Bei abnehmendem Mond liegt der Schwerpunkt auf Übungen, die die Regenerationsfähigkeit des Körpers unterstützen und zur Aktivität und Energieverausgabung verlocken.
Bitte bequeme Kleidung, eine Isomatte bzw. Yogamatte, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3371
Maria Pallinger
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
50 €

K3372
Maria Pallinger
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:15 / 10 Termine
50 €

K3373
Maria Pallinger
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
50 €

K3374
Maria Pallinger
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Di. 12.2. / 19:45 - 21:15 / 10 Termine
50 €

K3375
Maria Pallinger
Immenhausen
Freiherr-vom-Stein-Schule, Kampweg 24
Mo. 11.2. / 16:15 - 17:45 / 10 Termine
50 €

K3376
Maria Pallinger
Immenhausen
Freiherr-vom-Stein-Schule, Kampweg 24
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
50 €

K3377
Maria Pallinger
Immenhausen
Freiherr-vom-Stein-Schule, Kampweg 24
Mo. 11.2. / 19:45 - 21:15 / 10 Termine
50 €

Mit Yoga am Morgen gestärkt ins Wochenende starten

Hatha-Yoga in der Tradition des Vinyasa Krama Yoga

Grund- und Aufbaukurs

Sie erlernen Ihren Bedürfnissen angemessene Yogaübungen, mit denen Sie Körperbewusstsein, mentale Klarheit und innere Ruhe finden können. Vinyasa Krama Yoga beinhaltet Übungen (asana), die systematisch aufeinander aufgebaut sind, sich ergänzen und ausgleichen. Eine hohe Atem-Achtsamkeit begleiten alle fließenden Bewegungen und stabile Körperhaltungen. Tiefenentspannung rundet den Yogaunterricht ab. Kleingruppe
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mitbringen.

K3378
Jutta Ditzel
Zierenberg-Oberelsungen
Praxis für Yoga und Meditation, Gartenstr. 20
Fr. 15.2. / 9:30 - 11:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05606-1405
60 €

Yoga zum Wohlfühlen für 60 Plus

Grundkurs

Die achtsam ausgeführten Bewegungen mit Atemübungen und Tiefenentspannung bringen eine bessere Beweglichkeit, lösen Verspannungen und die Lebensenergie kommt wieder zum Fließen.
Bitte bequeme Kleidung tragen, dicke Socken und eine Decke mitbringen.

K3379
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Do. 21.2. / 9:00 - 10:30 / 12 Termine
60 €

Yoga zum Wohlfühlen - Harmonie für Körper Geist und Seele

Pranayama (Atemübungen), Asanas (Yogastellungen) und Tiefenentspannung verhelfen zu neuer Lebensenergie (Prana), neuem Körpergefühl, Flexibilität, Kraft und versetzen den Organismus in die Lage, sich tiefgreifend zu regenerieren und Stress abzubauen.
Bitte bequeme Kleidung tragen, dicke Socken und eine Decke mitbringen.

K3380
Grund- und Aufbaukurs
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mo. 18.2. / 17:30 - 19:00 / 12 Termine
60 €

K3381
Aufbaukurs I
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Fr. 22.2. / 17:30 - 19:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0177-4563432
60 €

K3382
Aufbaukurs II
Doris Kerber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mi. 20.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0177-4563432
60 €

Hormon-Yoga

Hormonyoga stärkt und stabilisiert das Hormonsystem. Jüngeren Frauen kann es bei starken Stimmungsschwankungen, PMS und unerfülltem Kinderwunsch helfen, älteren bei Wechseljahres- und Altersbeschwerden. Wir arbeiten mit Reihen aus dem Kundalini Yoga und der Hormonyoga-Reihe von Dinah Rodrigues.

K3383
Angelika Dörr
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 10 Termine
50 €

K3384
Angelika Dörr
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 14.2. / 16:00 - 17:45 / 7 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
41 €

Yoga und Entspannung

Grund- und Aufbaukurs

Sie lernen Körper-, Atem- und Entspannungsübungen vorwiegend aus dem Hatha-Yoga kennen, die leicht durchzuführen sind. Der Rücken wird gestärkt, die Wahrnehmung für den eigenen Körper gefördert und Stress abgebaut.
Bitte bequeme Kleidung, eine Decke und eine Unterlage mitbringen.

K3385
Bettina Mila Smit
Ahnatal-Weimar
Yoga-Haus Ahnatal, Hohlesteinweg 18
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 8 Termine
62,50 €
+ Materialkosten 7,50 €
+ Raumnutzungsgebühren

K3386
Bettina Mila Smit
Ahnatal-Weimar
Yoga-Haus Ahnatal, Hohlesteinweg 18
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 8 Termine
62,50 €
+ Materialkosten 7,50 €
+ Raumnutzungsgebühren

K3387
Sabine Ide, Kay Sabine Heinemann-Gross
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Mo. 11.2. / 17:45 - 19:15 / 14 Termine
80 €

K3388
Für Frauen
Kay Sabine Heinemann-Gross
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Di. 12.2. / 16:00 - 17:30 / 14 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0160-97506033
70 €

Kum Nye Yoga

Wege zur Ruhe und Kraft

Wochenendseminar

Kum Nye, ein tibetisches Heilyoga, ist ein Übungssystem für Körper und Geist. Es ist einfach und dennoch sehr effektiv und bewirkt, dass Spannungen, Stress und andere körperliche Beschwerden sich deutlich verbessern oder auflösen. Ebenso hilft es, Konzentrationsschwierigkeiten, innere Unausgeglichenheit und Unruhe auszugleichen. Sie machen bisher unerschlossene Reserven körperlicher und geistiger Kraft und Vitalität für sich positiv nutzbar. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

K3389
Marietta Bettermann-Nolle, Dipl. Supervisorin
Kassel
Praxis Bettermann-Nolle, Hühnerbergweg 19
Fr. 15.3. / 18:00 - 20:00
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 1.3.
40 €
+ € 8 für Raumnutzung an Kursleitung

Yoga - Meditation - Entspannung

Tagesseminar

Ideal zum Entspannen und Aufladen neuer Kräfte. Yoga und Meditation werden in all ihren Aspekten vorgestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte eine Decke und warme Socken mitbringen.

K3390
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
So. 17.3. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 1.3.
25 €

Foto: Rainer Sturm/pixelio.de

K3391
Monica Ortiz Vives
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
So. 28.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 19.4.
25 €

Yoga-Meditation

Tagesseminar

Der Yoga-Weg bietet verschiedene Methoden wie Körper-, Atem- und Mantra-Meditation an, so dass für jede/n die Möglichkeit besteht, den passenden, individuellen Weg in die Stille zu finden. Dieses Seminar ist auch für Interessierte ohne Yoga- oder Meditationserfahrung geeignet.
Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und dicke Socken mitbringen.

K3392
Rosemarie Hülsmann
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
So. 10.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.2.
30 €

Yoga und Atmung

Tagesseminar

Nicht außer Atem sein, sondern die Atmung bewusst wahrnehmen und mit verschiedenen Atemtechniken trainieren. Dazu gehören u. a. das Dehnen der Atemmuskulatur über die Asanas, das Verbinden von Bewegung und Atmung sowie Entspannung durch bewusste Atemlenkung und -vertiefung. Bitte bequeme Kleidung, Decke, Kissen und dicke Socken mitbringen.

K3393
Martina Peters, Delia
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Sa. 9.3. / 14:00 - 17:00
Anmeldeschluss 22.2.
18 €

Yoga meets Qigong

Mit Schwung in den Sommer

Ferienkurs

Mit Übungsreihen und Meditationen aus dem Kundalini Yoga, schwungvollen Qigongübungen sowie den Schüttelbewegungen des Wai Tan Kung klären wir den Geist, regen den Stoffwechsel an, bringen die Energie zum Fließen und verbinden uns mit der Kraft der Erde, so dass wir voller Lebendigkeit in die warme Jahreszeit starten.

K3395
Angelika Dörr, Peter Frank
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Fr. 17.5. / 17:30 - 20:00
Sa. 18.5. / 10:00 - 15:00
So. 19.5. / 10:00 - 15:00
Mo. 20.5. / 10:00 - 13:00
4 Termine
Anmeldeschluss 3.5.
87,50 €

Yoga body work

Tagesseminar

Yoga in einer anderen Dynamik und Intensität erleben! Spielerisch und mit Leichtigkeit gehen wir in „Stellung". Längeres Halten der Asanas fördert sowohl den Muskelaufbau als auch die Dehnfähigkeit unseres Körpers. Geeignet für alle Yoga Praktizierenden.

K3396
Monica Ortiz Vives
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
So. 21.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 5.4.
25 €

Vinyasa Power Yoga

Tagesseminar

Vinyasa Power Yoga gehört zu einem der zahlreichen modernen Hatha-Yoga Stilen. Es zeichnet sich durch die Synchronisierung von Bewegung und Atmung aus. Dabei entstehen dynamisch ausgeführte Übungssequenzen, die Körper und Geist harmonisieren. Zu Beginn des Workshops stehen in Theorie und Praxis die Yoga-Atmung und Synchronisierung von Atmung und Bewegung im Fokus. Abgerundet wird der Workshop mit einem musikalisch begleitetem Vinyasa Yoga Flow und einer wohlverdienten Endentspannung. Geeignet für alle die fit sind, Grundlagen des Yoga kennen und weiter vertiefen möchten. Bitte eine Decke, Bewegungskleidung und dicke Socken mitzubringen.

K3397
Corina Spaar
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Sa. 16.3. / 11:00 - 15:00
Anmeldeschluss 1.3.
20 €

K3398
Corina Spaar
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Sa. 27.4. / 11:00 - 15:00
Anmeldeschluss 12.4.
20 €

Lach Yoga (Hasya Yoga) -

Ein heiterer Weg zur Gelassenheit

Lachyoga ist eine Kombination von Bewegungs-, Entspannungs- und Lachübungen. Sie stärken u.a. das Immunsystem, wirken entspannend, aktivieren die Atmung, stärken Herz und Kreislauf und setzen Glückshormone frei. Neben theoretischen Aspekten stehen Übungen zum Lockern der „Lachmuskulatur", Tiefenentspannung und immer wieder fröhliches, befreiendes Lachen auf dem Programm. Zudem entwickeln Sie Ideen, Lachen in Ihrem Leben zu integrieren. Je öfter Sie lachen, desto leichter geht es. Bitte lockere Kleidung, Kissen und eine Decke mitbringen.

K3399
Christoph Heisig
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 16.4. / 19:45 - 21:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 10.4.
15,50 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Qigong

Qigong ist eine Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die zur Vorbeugung von Krankheiten, zur Kräftigung und Entspannung des ganzen Organismus praktiziert wird. Sanfte, fließende Bewegungen, Konzentration und Ruhe helfen, Körper, Geist und Atmung zu harmonisieren und zu entspannen. Mit Qigong erlernen Sie eine Methode für die tägliche Praxis.

Das „Gesundheit schützende Qigong"

Grundkurse

Dieses Qigong stärkt auf Grundlage der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) alle Funktionen des Organismus. Typische Resultate sind spürbare Entspannung, tiefer Atem, verbesserte Durchblutung und Verdauung und eine allgemeine Beruhigung. Das „Gesundheit schützende Qigong" ist ein wirkungsvolles, vorbeugendes Qigong und für Menschen in jedem körperlichen Zustand geeignet.

K3400
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:15 / 15 Termine
62,50 €

K3401
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mo. 11.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Die Herz-Form des Daoyin Yangsheng Gong

Grundkurs

Das Herz-Qigong wirkt Stressbelastungen entgegen, hat Blutdruck regulierende Wirkung, stabilisiert den Kreislauf und erleichtert Ausgleichsvorgänge im Organismus. In der Psyche unterstützt es eine offene, positive und heitere Lebenshaltung. Außer mit den klassischen Bewegungen wird mit gezielten Akkupressurpunkten gearbeitet.

K3402
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mo. 11.2. / 17:45 - 19:15 / 15 Termine
75 €

Medizinisches Qigong bei Stoffwechsel-Störungen

„Die Mitte stärken"

Grundkurse

Die Organe der Mitte - Magen, Milz, Lymphsystem - gelten in der chinesischen Medizin (TCM) als die ausgleichende Kraft. Ihre Stärkung unterstützt Genesungsprozesse, stärkt die Abwehrkräfte und reguliert Verdauung sowie Stoffwechsel. Zudem ermöglicht es durch die Akzeptanz der eigenen Grenzen und Bedürfnisse eine klare soziale Orientierung im Miteinander.

K3403
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Di. 12.2. / 10:45 - 11:45 / 15 Termine
50 €

K3404
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Di. 12.2. / 18:45 - 19:45 / 15 Termine
50 €

Qigong zur Gesundheitspflege

Grund- und Aufbaukurse

Das Programm besteht im ersten Teil aus ruhigen Übungen zur Atemregulierung und Körperwahrnehmung sowie Lockerungsübungen für Schultern und Rücken. Die folgenden fließenden Bewegungsabläufe kräftigen den Körper, regen den Energiefluss an und wirken beruhigend auf Gedanken und Gefühle.

K3405
Inga Zieglmeier
Söhrewald-Wellerode
Dorfgemeinschaftshaus, Zum Bahnhof 1
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561-7392754
77,50 €

K3406
Inga Zieglmeier
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Do. 7.2. / 9:30 - 11:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561-7392754
77,50 €

Das Innen nährende Qigong

Dieses Qigong ist das ursprüngliche medizinische Qigong der Gegenwart, das in den 50er Jahren des letzten Jahrhunderts von Liu Guizhen an der ersten Qigong Rehabilitationsklinik durch die Weiterentwicklung traditionsreicher Übungen geschaffen wurde. Regelmäßiges Üben vorausgesetzt, schützt es uns vor vielen Folgen der modernen Lebensweise.

K3407
Knut Jöbges
Wolfhagen
Landratsamt, Ritterstr. 1, Sitzungssaal
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Qigong & Salutogenese

Sie lernen einfache Qigong-Bewegungen nutzbar zu machen für Ihre natürlichen, alltäglichen Körperhaltungen und Bewegungen. Die Verbindung mit stressabbauenden Imaginationsübungen in Stille und Bewegung ermöglicht, eine positive geistige und körperliche Haltung als spürbare Einheit wahrzunehmen und in den Alltag zu integrieren.

K3409
Vera Mennemeier, Heilpraktikerin
Kassel
Praxis Mennemeier, Thoméestr. 2
Mi. 17.4. / 19:30 - 20:45 / 6 Termine
Anmeldeschluss 5.4.
25 €

Acht Brokate Qigong

Grund- und Aufbaukurs

Die „Acht Brokate" sind eine besonders einfache und wirkungsvolle Qigongform. Sie zeichnet sich durch ihren klaren Aufbau und prägnante, leicht zu erlernde Übungen aus. Der Schwerpunkt liegt in der Kultivierung des Körpers, d. h. sanfte Stärkung von Muskeln, Sehnen, Knochen und Gewebe. Die Übungen stehen in engem Zusammenhang mit der TCM und haben in ihrer besonderen Kombination von meditativen Aspekten und Bewegung eine kräftigende Wirkung.

K3410
Katharina Backhauß
Kassel
Jean-Paul-Schule, Württemberger Str. 18, Festsaal
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
60 €
+ 15 € Raummiete an Kursleitung

Das Spiel der 5 Tiere

Grundkurs

Das „Spiel der 5 Tiere" ist, - ähnlich den „8 Brokaten" - eine der ältesten Übungsformen und taucht in verschiedenen Abwandlungen in vielen Qigong-Stilen auf. Seine Bewegungen und charakteristischen Merkmale von Bär, Kranich, Tiger, Hirsch und Affe werden vorgestellt und nachempfunden. Sie zeichnen sich durch ihre Nähe zur Natur und Lebendigkeit aus. Es sind einfache, nachvollziehbare Bewegungen mit präventiv effektiver Wirkung für Atem, Durchblutung, psychischer Balance und Stress-Abbau. Zudem haben sie eine dem Jahresrhythmus entsprechende und regulierende Wirkung auf die Körperfunktionen.

K3411
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Do. 14.2. / 11:00 - 12:00 / 15 Termine
50 €

Das Wildgans-Qigong

Dayan Gong

Diese Form der daoistischen Kunlun-Schule ist ein sehr energetisches und kräftiges Qigong mit weichen Bewegungen im Stehen und Gehen. Ruhe und Gelassenheit wechseln mit starker Dynamik. Als einfaches Koordinations-, Balance und Beweglichkeitstraining übt es zusätzlich Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit. Das gesamte Muskelsystem wird durchgearbeitet und über wichtige Akupunkturpunkte besonders die Nieren- und Milzenergien stimuliert. Diese Qigong-Form besitzt große körperliche und geistige Mobilisierungskraft, die sowohl anregend als auch ausgleichend wirkt.

K3413
Norbert Frank
Kassel
Schule für Tai Chi Chuan, Sickingenstr. 10, 2. Stock
Do. 14.2. / 17:00 - 18:00 / 15 Termine
50 €
+ 8 € Raumnutzung an Kursleitung

Lungen Qigong des Daoyin Yangsheng Gong

Wochenendseminar

Das Lungen-Qigong ermöglicht tiefe Entspannung und das wohlige Gefühl des „inneren Friedens". Es vertieft und befriedet die Atmung, löst Muskelverspannungen, unterstützt die psychische Haltung des „Loslassens". Es stärkt die Atmungsorgane und reguliert den Qi-Fluss.

K3414
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Sa. 9.3. / 13:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 22.2.
45 €

Die Sehnen-Knochen-Form des Daoyin Yangsheng Gong

Wochenendseminar

Diese Form stärkt und harmonisiert den Rücken und die großen Gelenke. Sie fördert den Muskelstoffwechsel, die Regeneration, gleicht überschießende Dynamik aus und harmonisiert den Energiefluss.

K3415
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Sa. 16.3. / 13:00 - 18:00
So. 17.3. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 1.3.
45 €

Taijiquan

Diese chinesische Bewegungskunst wird auch als „Meditation in Bewegung" bezeichnet. Langsame, weiche, fließende Bewegungen im Einklang mit dem Atem und den natürlichen Möglichkeiten des Körpers können zu innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und konzentrierter Selbstentspannung führen sowie das geistige und körperliche Wohlbefinden steigern. Die Übungen bedürfen keiner Kraftanstrengung und sind daher für Jung und Alt geeignet. In diesen Kursen wird primär die Taijiquan-Form des Yang-Stil nach Yang Cheng Fu geübt (Cheng-Man-Ching-Tradition/Kurze Form). Bitte Bewegungsbekleidung und Socken oder Schuhe mit weicher Sohle mitbringen.

Taiji im Park

Tagesseminare

Wir gehen raus und probieren aus: Taijiübungen, die den Körper entspannen und den Geist beruhigen, die Stabilität und Elastizität in der Bwegung bewirken. Bei schlechtem Wetter findet das Seminar in der vhs statt. Bitte Wetter entsprechend warme Kleidung und Verpfelgung mitbringen.

K3418
Ute Schultz
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
So. 28.4. / 11:00 - 15:30
Anmeldeschluss 12.4.
22,50 €

K3419
Ute Schultz
Wolfhagen
Landratsamt, Ritterstr. 1, Sitzungssaal
Sa. 4.5. / 11:00 - 15:30
Anmeldeschluss 19.4.
22,50 €

Taijiquan

Grundkurse

Einführung in die Grundprinzipien des Yang-Stil , 1. Teil der Form

K3420
Astrid Wehrle
Kaufungen-Oberkaufungen
Praxis Kisio Susanne Stiens, Theodor-Heuss-Str. 11
Do. 21.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
65 €
+ € 18 Raummiete an Kursleitung

K3421
Norbert Frank
Kassel
Schule für Tai Chi Chuan, Sickingenstr. 10, 2. Stock
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 10 Termine
50 €
+ 8 € Raumnutzung an Kursleitung

Aufbaukurs I

Vertiefung und Weiterführung des Yang-Stil , Schwerpunkt 1. Teil der Form.
Quereinstieg nach Rücksprache möglich.

K3423
Achim Rache
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Do. 21.2. / 19:00 - 20:30 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurs I

Form 24 (1-10)

K3425
Dina Kastner-Sheng
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mo. 11.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs II

Form 88 (1-15)

K3427
Dina Kastner-Sheng
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 13.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs III

Form 42 (1-15)

K3428
Dina Kastner-Sheng
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Aufbaukurs V

Korrektur und Vertiefung des Yang-Stil, Schwerpunkt: 2. und 3. Teil der Form.
Quereinstieg nach Rücksprache möglich.

K3429
Achim Rache
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Do. 21.2. / 17:30 - 19:00 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurs IX

Schwerpunkt: Korrektur und Vertiefung der ganzen Form Yang-Stil, Schwerpunkt: 3. Teil.
Quereinstieg nach Rücksprache möglich.

K3432
Voraussetzunge: Gute Grundkenntnisse des Taiji, mindestens 1. und 2. Teil der Form.
Achim Rache
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mo. 18.2. / 19:30 - 21:00 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurs X

Prinzipien, Korrektur und Vertiefung des Yang-Stil, ganze Form.
Quereinstieg nach Rücksprache möglich.

K3433
Voraussetzung: Gute Taiji-Kenntnisse, mindestens 1. und 2. Teil der Form.
Achim Rache
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mo. 18.2. / 17:45 - 19:15 / 10 Termine
50 €

Taijiquan, Qigong und Bewegungsarbeit - Frühlingsseminar

In Kooperation mit „Labor Ost - Tanz und Theater e.V."

Intensivkurs

Diese Weiterbildung im Seminarhaus Besse richtet sich an Taiji-Übende, die sich - fern ab vom Alltag - besonders intensiv mit klar umrissenen Themen im Taiji auseinander setzen und ihre Taiji Erfahrung vertiefen möchten sowie an Körperarbeit und Meditation interessiert sind.
Eine ausführliche Beschreibung erhalten Sie bei der vhs Region Kassel, Tel.: 0561-1003-1685

K3434
Achim Rache
Edermünde/Besse
Seminarhaus Besse, Zum Rainsborn 1
So. 28.4. / 14:00 - 18:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 29.3.
345 €

Taijiquan

Prinzipien des Taiji, Partnerarbeit und Korrektur

In Kooperation mit „Labor Ost - Tanz und Theater e.V."

Tagesseminar

Dieses Seminar richtet sich an Taiji-Interessierte mit Übungspraxis und ist geeignet, bereits vorhandene Kenntnisse und Erfahrungen zu vertiefen. Themen sind: Taiji-Prinzipien, interaktive Partnerarbeit und Push-Hands. Voraussetzung: Gute Taiji-Kenntnisse.

K3435
Achim Rache
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Sa. 2.3. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 22.2.
25 €

Taijiquan Schwertkunst

Grundkurs

Die besondere Qualität der Schwertform des Yang-Stils besteht darin, über die Verlängerung des Armes die Energie in den aktiven Abschnitt der Schwertklinge hineinfließen zu lassen. Diese Bewegung aus der Körpermitte fördert die aktive, entspannte Aufrichtung der Wirbelsäule sowie die Aufmerksamkeit für einen ungehinderten Bewegungsfluss. In diesem Übungsweg des Taijiquan können bisherige Erfahrungen der Energie-Entwicklung (z. B. aus Taiji und Qigong) mit eingebracht, aber auch ohne Vorkenntnisse neu entdeckt und entwickelt werden.

K3437
Norbert Frank
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 12.2. / 20:00 - 21:00 / 10 Termine
50 €

Selbstverteidigungskünste

Taekwondo

Grund- und Aufbaukurs

Taekwondo ist eine koreanische Kampfkunst. Aufgebaut auf einem speziellen Übungsablauf kann ein erhöhtes Maß an Körperbeherrschung, Reaktionsvermögen und Fitness erlangt werden. Geeignet für Frauen und Männer jeden Alters. Neuensteigende sind willkommen!

K3440
Matthias Mertens
Kassel
Elisabeth-Knipping-Schule, Mombachstr. 14, Turnhalle
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Selbstverteidigung

Warten Sie nicht, bis Sie angegriffen werden! Lernen Sie, sich zu wehren! Mit modernen Unterrichtsmethoden nach dem Selbstverteidigungssystem der Hessischen Polizei werden die effektivsten Grundelemente aus den verschiedenen Kampfsportarten wie Judo, Karate, Aikido und Ju-Jutsu vermittelt. Hierbei wird ein Repertoire für alle Altersstufen angeboten, das sich in vielen Situationen des rauen Alltags bewährt hat.

K3441
Henry Richter
Baunatal-Altenbauna
Baunataler Werkstätten, Kirchbaunaer Str. 19
Fr. 15.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen

WingTsun

Tagesseminar

Selbstbehauptung ist eine Lebenseinstellung, die verhindern soll, Opfer zu werden. Viele Frauen kennen Situationen, in denen es schwer ist, die eigenen Grenzen zu finden und zu setzen. Sie können lernen, klar und deutlich NEIN zu sagen in Momenten, in denen sie sich unbehaglich oder bedroht fühlen. Den eigenen Handlungsspielraum zu erweitern, um angemessen reagieren zu können, ist das Ziel. Hierzu werden Stimme und Körpersprache und einfache Techniken aus dem WingTsun trainiert.

K3442
Sabine Mackrodt
Kassel
WingTsun, Schule für Frauen, Sickingstr. 10
Sa. 13.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 29.3.
25 €
+ € 5 für Raumnutzung

Karate

Ein Sport für Körper und Geist

In Kooperation mit der Karate-Akademie-Kassel

Grundkurs

Karate ist ein Kampfsport mit langer Tradition und bedeutet soviel wie „der Weg der leeren Hand". Im wörtlichen Sinn: Der Karatekämpfer ist waffenlos, seine Hand ist leer. Im Training und Wettkampf werden Fuß- und Fauststöße vor dem Auftreffen abgestoppt. Voraussetzung dafür ist Selbstdisziplin und natürlich eine gute Körperbeherrschung, die im Kihon (Grundschule) systematisch aufgebaut wird. Ob Ausgleichssport, allgemeine Fitness oder Selbstverteidigung, Karate eröffnet allen Altersgruppen und Interessenlagen ein breites sportliches Betätigungsfeld. Karate ist nicht nur spannend, durch die Vielseitigkeit fördert es Gesundheit und Wohlbefinden.

K3447
Wolfgang Kothe
Kassel
Jean-Paul-Schule, Württemberger Str. 18, Turnhalle
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
54,50 €

Meditation

Meditation und Kontemplation

Dem Alltag Tiefe geben

Meditation und Kontemplation werden in der Weise geübt, wie sie aus östlichen und westlichen Kulturkreisen überliefert sind. Stille Meditation wechselt sich ab mit meditativer Bewegung und Gebärde, Entspannungs- und Imaginationsübungen. Alle Übungen, die durch Kurzvorträge zusätzlich erschlossen werden, können zu mehr Achtsamkeit und Klarheit führen, zum sensibleren Umgang mit Körper und Gefühlen. Der Alltag wird dadurch neu erfahren und gewinnt an Tiefe. Bitte Decke, Kissen und Socken mitbringen.

K3451
Carola Justo
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K3452
Carola Justo
Kassel
Jean-Paul-Schule, Württemberger Str. 18, Musiksaal
Do. 14.2. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
60 €
+ € 20 Raummiete an Kursleitung

Meditation im Kloster

Wochenendseminar

Fern von Ablenkungen üben wir in den Klöstern Frauenberg/Fulda, Warburg-Germete und Hünfeld täglich mehrmals die stille Sitzmeditation, die sich abwechselt mit Meditationen der Gebärde und der Bewegung, Entspannungsübungen, Imaginationen, Naturmeditation und Kurzvorträgen. Die Übungen können zu größerer Klarheit und Achtsamkeit führen, zum sensibleren Umgang mit dem Körper und den Gefühlen. Sie erleichtern den Zugang zu einer tieferen Ebene der Begegnung mit uns selbst und der uns umgebenden Welt. Die Kurse sind für Teilnehmende mit und ohne Meditationserfahrung gedacht. Es wird die Bereitschaft vorausgesetzt, die überwiegende Zeit im Schweigen zu bleiben. Bitte beachten Sie, dass die Seminare mit der Kurs-Nr. K3454 und K3456 bis Sonntag Abend dauern.

K3453
Carola Justo
Fulda
Kloster Frauenberg, Am Frauenberg 1
Fr. 26.4. / 17:30 - 22:00
Sa. 27.4. / 9:00 - 22:00
So. 28.4. / 9:00 - 13:00
Anmeldeschluss 15.3.
163 €
inkl. Unterkunft im EZ und Verpflegung

K3454
Carola Justo
Warburg-Germete
Kloster der Serviam-Schwestern, Quellenstr. 8
Fr. 7.6. / 18:00 - 22:00
Sa. 8.6. / 9:00 - 22:00
So. 9.6. / 9:00 - 18:30
3 Termine
Anmeldeschluss 17.5.
155 €
inkl. Unterkunft im EZ und Verpflegung

K3455
Carola Justo
Warburg-Germete
Kloster der Serviam-Schwestern, Quellenstr. 8
Fr. 23.8. / 18:00 - 22:00
Sa. 24.8. / 9:00 - 22:00
So. 25.8. / 9:00 - 13:00
3 Termine
Anmeldeschluss 2.8.
130 €
inkl. Unterkunft im EZ und Verpflegung

K3456
Carola Justo
Hünfeld
St. Bonifatiuskloster, Klosterstr. 5
Fr. 13.9. / 18:00 - 22:00
Sa. 14.9. / 9:00 - 22:00
So. 15.9. / 9:00 - 17:30
3 Termine
Anmeldeschluss 23.8.
185 €
inkl. Unterkunft im EZ und Verpflegung

Bildung zum Frühstück im Fauencafé Women Alive

Einmal im Monat - immer am dritten Dienstag - lädt die vhs in Kooperation mit der Frauenbeauftragten der Gemeinde Lohfelden ab 9:30 Uhr zum Frauenfrühstück in das vhs-Haus Lohfelden-Vollmarshausen ein.
Das Frauencafé ist ein Treffpunkt für Frauen mit und ohne Kinder zum Kennenlernen, Unterhalten und Entspannen. Sie können sich über aktuelle Themen informieren, im Rahmen von Mini-Workshops in verschiedene Themen hineinschnuppern und bei Interesse bei der Gestaltung und Planung mithelfen.

Die Kraft der Stille

Regeneration und Ausgleich in Belastungssituationen

Achtsamkeit und innere Ruhe sind wesentliche Voraussetzungen, um gesund zu bleiben und Heilungsprozesse zu unterstützen. Doch wie greifen körperliches und seelisches Geschehen ineinander und welche Folgen hat dies für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden?
Mit Hilfe von Achtsamkeitsübungen und Imaginationen lässt sich im Alltag die Kraft der Stille nutzen, um die innere Ruhe wieder zu finden, sich Kraftquellen zu erschließen und neue Zuversicht zu gewinnen.
Für Frauen

Doris Haas
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 19.2. / 10:00 - 11:30
5 €

Internet nutzen

Sie erhalten einen Überblick über die verschiedenen Dienste des Internets und Tipps zum Suchen, Finden und Navigieren im world wide web. Sie erfahren, wie die elektronische Post (E-Mail) funktioniert und was für die sichere Nutzung wichtig ist.
Für Frauen

Elfriede Schäth
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 19.3. / 10:00 - 11:30
5 €

Fit mit Wildkräutern in den Frühling

Sie erfahren, wie Sie eine Frühjahrskur machen und welche Wildpflanzen sich dafür eignen. Aus mitgebrachten Kräutern wird zum Probieren noch ein grüner Fitness-Smoothie hergestellt.
Für Frauen

Karin Detloff
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 16.4. / 10:00 - 12:00
Anmeldung erforderlich, Tel. 0561-5110241
5 €

Entspannung mit Handmassage und Akupressur

Neben einer kleinen Einführung in die chinesische Lehre der Akupressur erhalten Sie eine praktische Anleitung zur Handmassage. Die Methode kommt aus der chinesischen Medizin und heißt „TuiNa", was übersetzt soviel wie Schieben und Greifen bedeutet. Es handelt sich um eine sehr entspannende, wohltuende Methode, die sich überall im Alltag ganz einfach integrieren lässt und wenig Aufwand erfordert.
Für Frauen

Désirée Schulte
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 21.5. / 10:00 - 11:30
5 €

Frauen begegnen Frauen

In Kooperation mit der Frauenbeauftragten der Gemeinde Söhrewald treffen sich Frauen abwechselnd vormittags im ev. Gemeindehaus, abends im Dorfgemeinschaftshaus Wellerode zum Plaudern, Entspannen und Abschalten vom Alltag. Bei Kaffee, Tee und kleinen Knabbereien haben Frauen die Möglichkeit, sich über aktuelle Themen zu informieren und in neue Themengebiete hinein zu schnuppern.

Die Kraft der Stille

Achtsamkeit und innere Ruhe sind wesentliche Voraussetzungen, um gesund zu bleiben und Heilungsprozesse zu unterstützen. Doch wie greifen körperliches und seelisches Geschehen ineinander und welche Folgen hat dies für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden? Mit Hilfe von Achtsamkeitsübungen und Imaginationen lässt sich im Alltag die Kraft der Stille nutzen, um die innere Ruhe wieder zu finden, sich Kraftquellen zu erschließen und neue Zuversicht zu gewinnen.
Für Frauen

Doris Haas
Söhrewald-Wellerode
Gemeindehaus, An der Kirche 2
Do. 17.1. / 10:00 - 11:30
5 €

Freude und Entspannung mit Lachyoga

Lachen, die günstigste und fröhlichste Gesundheitsvorsorge, akiviert Herz, Kreislauf, Atmung und das Immunsystem.
Für Frauen

Christoph Heisig
Söhrewald-Wellerode
Dorfgemeinschaftshaus, Zum Bahnhof 1
Do. 14.3. / 20:00 - 21:30
5 €

Farb- und Stilberatung

Farben und Formen in der Kleidung beeinflussen und unterstützen das Wohlbefinden und die persönliche Ausstrahlung. Sie geben Sicherheit und Schutz. Erfahren Sie an mehreren Beispielen die Wirkung von Farbe und Form der Kleidung.
Für Frauen

Monika Wendrich
Söhrewald-Wellerode
Gemeindehaus, An der Kirche 2
Do. 23.5. / 10:00 - 11:30
5 €

Gymnastik

Ausgleichsgymnastik

Ausgleichsgymnastik

Gezielte Kräftigungsübungen stärken Ihren Körper. Dehn- und Mobilisierungsübungen fördern Ihre Beweglichkeit und Koordination und trainieren das Gleichgewicht. Sie bauen Verspannungen ab und können Körperhaltung und Kondition nachhaltig verbessern. Ein Ganzkörpertraining mit Wohlfühleffekt.

K3501
Für Frauen
Bitte eine Iso-Matte mitbringen.
Heidi Hopf
Grebenstein-Udenhausen
Bürgerhaus, Bornweg 5
Mo. 11.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

K3503
Für Frauen
Petra Müller
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Di. 12.2. / 18:40 - 19:40 / 15 Termine
50 €

K3505
Birgit Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 10:15 - 11:15 / 15 Termine
50 €

K3506
Für Frauen
Silvia Breuer, Thomas Breuer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 16:15 - 17:15 / 16 Termine
53,50 €

K3507
Für Frauen
Silvia Breuer, Thomas Breuer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 17:30 - 18:30 / 16 Termine
53,50 €

K3508
Für Frauen
Silvia Breuer, Thomas Breuer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 18:45 - 19:45 / 16 Termine
53,50 €

K3509
Für Frauen
Jutta Kilian
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

K3510
Birgit Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:00 / 15 Termine
50 €

K3511
Monika Bartoszewska, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 10:15 - 11:15 / 15 Termine
50 €

K3512
Ab 60 Jahre
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 14:20 - 15:20 / 15 Termine
50 €

K3515
Für Frauen ab 60
Birgit Wehn
Schauenburg-Hoof
Grundschule, Wahlgemeinde 17
Mo. 11.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
50 €

K3516
Ab 60 Jahre
Katja Bergelt
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mo. 11.2. / 14:45 - 15:45 / 15 Termine
50 €

K3517
Katja Bergelt
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mo. 11.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
50 €

K3518
Für Frauen
Vellmar-West
Evang. Kirchenzentrum, Lüneburger Str. 12
Di. 19.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
75 €

K3519
Für Frauen
Jutta Bickel
Vellmar-West
Evang. Kirchenzentrum, Lüneburger Str. 12
Di. 19.2. / 18:45 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
50 €

Ausgleichsgymnastik

Auch für Ungeübte

Bewegungen, die gesund und elastisch erhalten, die Muskulatur aufbauen und Haltungsschäden vorbeugen.

K3520
Anni Haack
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Fr. 15.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
50 €

Ausgleichsgymnastik

Für alle Altersstufen

Einfache Dehnungs- und Kräftigungsübungen sowie sanfte Bewegungen zu den Meridianen und Elementen aus dem Qigong unterstützen die Selbstheilungskräfte von Körper, Seele und Geist. Rhythmische und meditative Musik begleitet Sie dabei.

K3522
Monika Bartoszewska, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 9:00 - 10:00 / 15 Termine
50 €

Ausgleichsgymnastik mit Pilatesübungen

Stabilisierung der allgemeinen Beweglichkeit durch gezieltes Durcharbeiten des Körpers. Die Wirbelsäule wird durch Stretching und Pilatesübungen positiv unterstützt.

K3524
Eva Barthel
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:00 / 15 Termine
50 €

K3527
Eva Barthel
Kassel
Schule Jungfernkopf, Wegmannstr. 50, Turnhalle
Mi. 13.2. / 17:30 - 18:30 / 15 Termine
50 €

K3528
Eva Barthel
Kassel
Schule Jungfernkopf, Wegmannstr. 50, Turnhalle
Mi. 13.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
50 €

Ausgleichsgymnastik ab 55 Jahre

Komm her - mach mit!

Wer Lust hat, sich nach Musik zu bewegen, um etwas für seinen Körper zu tun, ist herzlich willkommen. Den Alltagsstress abschütteln, fit und munter werden.

K3530
Elke Keller
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 9:00 - 10:00 / 18 Termine
60 €

K3531
Elke Keller
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 10:00 - 11:00 / 18 Termine
60 €

K3532
Elke Keller
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 11:00 - 12:00 / 18 Termine
60 €

Ausbildung zur Gruppenleitung GRIPS – kompetent im Alter

Das Projekt GRIPS – kompetent im Alter bietet inzwischen an über 30 Standorten im ganzen Stadtgebiet älteren Menschen die Möglichkeit, gemeinsam und kostenlos Gedächtnis, Beweglichkeit und Koordination zu trainieren. Möglich ist dieses bundesweit einzigartige, vom städtischen Referat für Altenhilfe und dem Seniorenreferat der Evangelischen Kirche Kassel koordinierte Angebot durch das ehrenamtliche Engagement der fast 60 GRIPS-Trainerinnen und -Trainer. Nach einer intensiven Schulung in der an der Universität Erlangen-Nürnberg entwickelten Methode SimA (Selbständig im Alter) haben sie in zahlreichen Stadtteilen GRIPS-Gruppen aufgebaut: in Bürgerhäusern, Kirchengemeinden, in den Stadtteiltreffpunkten der Wohnungswirtschaft, Stadtteilzentren für Ältere und vielen anderen Einrichtungen vor Ort. Immer noch besteht Bedarf an engagierten GRIPS-Trainerinnen und Trainern, die – so viel sei verraten – durch die Ausbildung auch einiges über das eigene Älterwerden lernen.
Ein ideales Angebot also für alle, die auf dem Weg ins aktiv gestaltete Alter sind!

Information und Anmeldung: Referat für Altenhilfe des Sozialamtes der Stadt Kassel, Telefon: 0561 787-5024 (vormittags)
E-Mail: nina.hesemeier@stadt-kassel.de

Ausgleichsgymnastik 60 Plus

Gymnastik zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Beweglichkeit. Mit Musik und Handgeräten im Sitzen, Stehen und in der Fortbewegung. Prävention: Osteoporose, Arthrose, Parkinson. Geeignet für gehfähige Teilnehmer/-innen mit leichten Bewegungseinschränkungen.

K3535
Margret Hüther
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Di. 12.2. / 10:00 - 11:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05673-3999
40 €

Aktiv und gesund mit Schongymnastik

Geeignet für Sportneu- und Wiedereinsteiger, besonders für ältere Menschen, die gesund, flexibler und kräftiger werden und bis ins höchste Alter bleiben wollen. Der einfache Stuhl wird dabei als universell einsetzbares Trainingsgerät benutzt und unterstützt einen sanften Einstieg und Übergang zu einer aktiven Phase. Ein sinnvoller Übungsaufbau mit dosierter Kräftigung und Dehnung der Muskulatur führt zur Entwicklung der Mobilität und Beweglichkeit. Der gezielte Aufbau von Stärke vermittelt ein Selbstwert- und Sicherheitsgefühl.
Bitte in bewegungsfreudiger Kleidung kommen und ein Handtuch und Trinkwasser mitbringen.

K3539
Lubov Zufall-Korsakowa
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 13.2. / 9:15 - 10:15 / 15 Termine
50 €

K3540
Lubov Zufall-Korsakowa
Lohfelden
ASB-Mehrgenerationaus, Lange Str. 37
Fr. 15.2. / 16:00 - 17:00 / 10 Termine
33,50 €

Ganzkörpertraining

Mit speziell ausgewählten Übungen kräftigen Sie gezielt die Nacken-, Rücken-, Bauch-, Bein- und Gesäßmuskulatur. Sie stärken damit Ihren Halte- und Bewegungsapparat und das Immunsystem. Atem-, Dehnungs- und Entspannungsübungen lassen Ihren Alltagsstress vergessen. Sie entwickeln ein neues Körperbewusstsein, trainieren Ihre Ausdauer und können Ihre Verspannungen lösen.
Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3544
Rita Töllner
Ahnatal-Weimar
Kindergarten Regenbogen, Berliner Str. 31
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:15 / 15 Termine
50 €

K3545
Rita Töllner
Ahnatal-Weimar
Kindergarten Regenbogen, Berliner Str. 31
Mi. 13.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

Seniorengymnastik und Qigong

Zu Mobilisierungs- und Dehnungsübungen werden Qigong-Übungen der bewegten sowie stillen Form kombiniert, die auch im Sitzen durchgeführt werden können. Auf die klassischen Probleme wie Schulter-Nacken-Beschwerden wird eingegangen, das Immunsystem aktiviert und der Kreislauf gestärkt.

K3550
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 15:30 - 16:30 / 15 Termine
50 €

Tanzgymnastik

Ausgewogene Gymnastik mit Elementen aus dem modernen und dem klassischen Tanz.

K3560
Verena Schwab
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 11:45 - 12:45 / 15 Termine
50 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Ich beweg' mich!

Eine Kooperation der Apotheken Umschau und der vhs Region Kassel.

Ich beweg' mich! Rücken fit

Kraft und Entspannung für die Wirbelsäule

Den Rücken stark machen, den Körper in Balance bringen und sich geschmeidig bewegen. Die Gelenk schonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung, dabei steht auch Ihre individuelle Situation im Mittelpunkt. Sie lernen viele nützliche Tricks kennen, die Ihnen dabei helfen, Ihre Wirbelsäule zu Hause und am Arbeitsplatz zu entlasten. Entspannungs- und Atemübungen sorgen für Erholung und ein positives Körpergefühl.
Gut für alle, die Ihrem Rücken etwas Gutes tun möchten. Auch für Menschen, die leichte Verschleißerscheinungen an der Wirbelsäule haben, Osteoporose oder Arthrose vorbeugen möchten, ist dieser Kurs ideal.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke

K3583
Katrin Knauf
Kassel
Elisabeth-Knipping-Schule, Mombachstr. 14, Turnhalle, Seiteneingang
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

K3584
Loretta Kay
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Di. 12.2. / 17:00 - 18:00 / 15 Termine
50 €

Ich beweg' mich! Fit im Alltag

Neue Energie tanken und Muskeln aufbauen

Die einfachen Übungen kräftigen den ganzen Körper, bringen den Kreislauf in Schwung und stärken die Kondition. Nebenbei sorgen sanfte Entspannungstechniken für mehr Balance und ein neues Körpergefühl im Alltag. Werden Sie gemeinsam mit anderen aktiv! Dieser Kurs bringt Sie nicht nur ins Schwitzen, sondern verbessert auch Ihre Körperwahrnehmung. Gut für alle, die ihre Gesundheit stärken und fit werden möchten. Ideal auch für Einsteiger.

K3588
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Ute Fischenich
Ahnatal-Weimar
Kindergarten Regenbogen, Berliner Str. 31
Mo. 11.2. / 17:25 - 18:25 / 10 Termine
39,50 €

K3589
Elke Kißmer
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Do. 14.2. / 9:00 - 10:00 / 15 Termine
50 €

K3590
Birgit Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 16:45 - 17:45 / 15 Termine
50 €

Rückengymnastik

Durch Atem-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen wird die Rückenmuskulatur gestärkt und die Wirbelsäule entlastet. Schulung der Körperwahrnehmung und allgemeine Entspannungsübungen führen zu einem verbesserten Bewegungsverhalten im Alltag.

K3600
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Bärbel Scholz-Bornhardt
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Do. 14.2. / 8:45 - 10:15 / 22 Termine
Mo. und Do. jeweils 8:45 - 10:15
110 €

K3601
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Bärbel Scholz-Bornhardt
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Do. 14.2. / 10:15 - 11:45 / 22 Termine
110 €

K3602
Helga Kleinschmidt
Breuna
Braunsbergschule, Schulstr. 10
Do. 17.1. / 17:30 - 18:30 / 17 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05693-240
57 €

K3604
Martina Weidemüller
Calden-Meimbressen
Turnhalle
Mo. 11.2. / 18:45 - 19:45 / 18 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel.: 05674-5334
60 €

K3605
Gertraude Oppermann
Calden-Obermeiser
Gasthaus Sippel
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

Apotheken Umschau

Ich beweg' mich!

Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer vhs

Machen Sie mit, denn nichts ist gesünder als regelmäßige körperliche Bewegung.

Die vhs-Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene:

■ Fit im Alltag ■ Pilates ■ Rücken fit

vhs Volkshochschule

So bringen Sie mehr Schwung in Ihr Leben – jeder Schritt zählt.

Wie motiviert sind Sie? Testen Sie Ihre guten Vorsätze und profitieren Sie von unseren Experten-Tipps:

www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich

Apotheken Umschau

K3606
Für ältere Frauen
Sigrid Wellershaus
Fuldabrück-Dörnhagen
Sporthalle, Dennhäuser Str.
Di. 12.2. / 10:30 - 11:30 / 18 Termine
60 €

K3607
Bärbel Scholz-Bornhardt
Hofgeismar-Kelze
Dorfgemeinschaftshaus, Hinter den Höfen 10
Mo. 14.1. / 19:30 - 21:00 / 8 Termine
27 €

K3608
Ute Fischenich
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mi. 13.2. / 8:30 - 9:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05609-803900
50 €

K3609
Ute Fischenich
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mi. 13.2. / 9:35 - 10:35 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05609-803900
50 €

K3610
Berit Riediger
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Mo. 11.2. / 19:45 - 20:45 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05673-914 968
50 €

K3611
Berit Riediger
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Di. 12.2. / 18:45 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05673-914968
50 €

K3613
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mo. 11.2. / 11:15 - 12:15 / 15 Termine
50 €

K3614
Für Senioren
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Di. 12.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
50 €

K3615
Janna Kunde
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 16:15 - 17:15 / 15 Termine
50 €

K3616
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 17:30 - 18:30 / 15 Termine
50 €

K3617
Monika Bartoszewska, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 18:45 - 19:45 / 15 Termine
50 €

K3619
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Do. 14.2. / 10:00 - 11:00 / 15 Termine
50 €

K3620
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 15:30 - 16:30 / 15 Termine
50 €

K3622
Anita Winkler
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Fr. 15.2. / 17:00 - 18:00 / 15 Termine
50 €

K3623
Lubov Zufall-Korsakowa
Kaufungen-Oberkaufungen
Ernst-Abbe-Schule, Schulstr.24
Mo. 11.2. / 14:00 - 15:00 / 15 Termine
50 €

K3624
Helga Schäfer
Lohfelden
Neue Mehrzweckhalle, Lange Str. 22
Di. 12.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
50 €

K3625
Für Frauen
Sigrid Wellershaus
Lohfelden
ASB-Kindergarten, Sandweg 1
Di. 26.2. / 18:00 - 19:00 / 19 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
63,50 €

K3626
Ab 50 Jahre
Petra Kreuter
Naumburg
Elbetalschule, Am Kuhberg 13
Mo. 18.2. / 17:00 - 18:00 / 12 Termine
40 €

K3627
Für Frauen
Ute Fischenich
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Mo. 11.2. / 14:45 - 15:45 / 15 Termine
50 €

K3628
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Heidrun Richter-Peter
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 12.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

K3629
Ramona Roch
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mi. 13.2. / 15:00 - 16:00 / 15 Termine
50 €

Rücken- und Ausgleichsgymnastik

Abwechslungsreiche Gymnastik zur Erhaltung und Verbesserung der allgemeinen Beweglichkeit, Kräftigung des Halte- und Bewegungsapparats sowie Gleichgewichts- und Koordinationsschulung als Sturzprophylaxe. Sicherheit und rückengerechtes Verhalten im Alltag werden vermittelt. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

K3630
Für Frauen ab 60 Jahre
Silvia Walter
Calden-Ehrsten
Dorfgemeinschaftshaus, Zierenberger Str. 33
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

K3631
Für Frauen
Ute Fröhlich
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Mo. 11.2. / 16:30 - 17:30 / 15 Termine
50 €

K3632
Petra Bublak
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Mi. 13.2. / 9:00 - 10:00 / 12 Termine
40 €

K3633
Für Frauen und Männer ab 60 Plus
Rita Töllner
Habichtswald-Ehlen
Dorfgemeinschaftshaus, Warmetalstr. 13
Do. 14.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
50 €

K3634
Kerstin Czimmeck
Wolfhagen-Niederelsungen
Haus des Gastes, Johann-Wachenfeld-Str. 2
Di. 15.1. / 9:30 - 10:30 / 10 Termine
33,50 €

Rückengymnastik und Qigong

Zum klassischen Rückenprogramm mit Atem-, Dehn- und Kräftigungsübungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur und Entlastung der Wirbelsäule kommen ergänzend Qigong-Übungen, die gezielt die Rückenproblematik aufgreifen und durch Stress bedingte Rückenstörungen mildern können. Ihre Körperwahrnehmung wird verbessert, und Sie lernen einen bewussteren Umgang mit Ihrem Körper.

K3635
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Do. 14.2. / 8:45 - 10:00 / 15 Termine
70 €

Präventives Rückentraining und Energy Dance®

Beweglich bleiben und Abschalten vom Alltag

Kreative, vielfältig-dynamische und einfach nachvollziehbare Bewegungen nach Musik steigern die Lebensqualität und das Wohlbefinden. Funktionelles Rückentraining mit Tipps zum rückenfreundlichen Verhalten ergänzen das Training. Eine Entspannungsphase rundet das Programm ab. Geeignet für alle, die mit Freude in Bewegung kommen und aktiv ihre Rückengesundheit verbessern wollen.
Bitte ein Handtuch,eine Isomatte und ein kleines Kissen mitbringen.

K3637
Martina Gutkuhn
Immenhausen-Mariendorf
Dorfgemeinschaftshaus, Teichweg 3
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05673-6282
34 €

Rückenschule

Rückengerechtes Verhalten im Alltag beim Gehen, Stehen, Sitzen und Liegen wird eingeübt. Gezielte Kräftigung und Dehnung der Rumpfmuskulatur sowie Übungen zur Gleichgewichtsschulung, Körperwahrnehmung und Entspannung.

K3640
Andrea Sauerwald
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mo. 11.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05622-910358
50 €

K3641
Andrea Sauerwald
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mo. 11.2. / 10:30 - 11:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05622-910 358
50 €

Rücken-aktiv

Ein Konzept, dass die natürliche und gesunde Haltung und Bewegung schult und schwerpunktmäßig funktionelle Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen beinhaltet. Abwechslungsreiche Körperwahrnehmungsübungen, Lockerungs- und Entspannungsübungen tragen dem ganzheitlichen Aspekt dieses Rückentrainings Rechnung.

K3642
Ute Schultz
Wolfhagen
Fördersch.Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20, R. 311
Do. 14.2. / 19:30 - 21:00 / 12 Termine
60 €

Rückenfitness

Mit speziell ausgewählten Übungen werden hier die Bauch- und Rückenmuskulatur effektiv gestärkt und gedehnt sowie das Halte- und Bewegungssystem mobilisiert und dauerhaft stabilisiert.
Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3643
Für Frauen und Männer
Silvia Walter
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 12.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

K3644
Für Frauen und Männer
Silvia Walter
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 12.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

K3645
Für Frauen und Männer
Martina Hesse
Grebenstein
Hospitalsaal, Bahnhofstr. 19
Mi. 13.2. / 17:45 - 18:45 / 10 Termine
33,50 €

K3647
Majk Mamojka
Trendelburg-Stammen
Alte Schule, Gartenstr. 5
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:00 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 0173-2 779 068
40 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Rückenfit mit Herz-Kreislauftraining

Eine Kombination aus einem rhythmischen Herz-Kreislauftraining zur Musik und Kräftigungsübungen speziell für die Rücken- und Bauchmuskulatur mit einer Entspannung nach jeder Übung. Abgerundet wird das Programm mit einer längeren Entspannungsphase, in der unterschiedliche Entspannungsverfahren eingesetzt werden.
Bitte eine Isomatte und eine Decke mitbringen.

K3648
Beatrice Kestler-Merlin
Helsa
Gemeindezentrum, Berliner Str.
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
60 €

Rückenfit mit Flexibar® & Co

Geräte wie Flexibar®, XCO®-Trainer, Brasils® und Balance-Pad werden eingesetzt, um die Tiefenmuskulatur - die Grundlage für einen gesunden Rücken - zu stärken. Auch die Oberflächenmuskulatur, die zusätzlich unseren Körper formt, wird durch spezielle Übungen gekräftigt. Koordination und Gleichgewichtssinn werden trainiert und können so eine gute Sturzprophylaxe bieten.

K3649
Martina Weidemüller
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Do. 11.4. / 10:30 - 11:30 / 10 Termine
33,50 €
+ Gerätenutzungsgebühr 10 €

Rückenwellness

Energie im Fluss - Beseitigung von Blockaden - Körpergefühl entwickeln. Mit gezielten Übungen wird die Muskulatur gelockert, gedehnt und intensiv gekräftigt. Effektives Training mit individueller Korrektur. Elemente aus Hatha-Yoga, Feldenkrais, Atemtechniken u.a.

K3650

Regina Müller
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. / 17:15 - 18:15 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05608-959 144
50 €

K3651
Regina Müller
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. / 18:25 - 19:25 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel: 05608-959 144
50 €

K3652
Regina Müller
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. / 17:50 - 18:50 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05608-959 144
50 €

K3653
Regina Müller
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. / 18:55 - 19:55 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05608-959144
50 €

K3654
60 Plus
Regina Müller
Söhrewald-Wellerode
Dorfgemeinschaftshaus, Zum Bahnhof 1
Mi. 13.2. / 17:45 - 18:45 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05608-959144
50 €

K3655
Regina Müller
Söhrewald-Wellerode
Dorfgemeinschaftshaus, Zum Bahnhof 1
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05608-959144
50 €

Spezielle Gymnastikformen

Osteoporosegymnastik/Rückenschule

Grundkurse

Übungen für den Halte- und Bewegungsapparat unter dem Gesichtspunkt der Vorbeugung, Korrektur der Fehlhaltung, Verbesserung der Beweglichkeit und der Schmerzlinderung. Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3660
Heidrun Richter-Peter
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Mo. 11.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561-780326
50 €

K3661
Heidrun Richter-Peter
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Mo. 11.2. / 10:35 - 11:35 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 0561-780326
50 €

K3662
Aufbaukurs
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Für Frauen
Sigrid Hasenöhrl
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Fr. 15.2. / 16:00 - 17:00 / 12 Termine
40 €

Osteoporosegymnastik

Aufbaukurs

Der Schwerpunkt liegt auf knochenstärkenden Übungen in Kombination mit Muskelkräftigung für Wirbelsäule und Gelenke.

K3663
Sigrid Hasenöhrl
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Di. 12.2. / 9:30 - 10:30 / 15 Termine
50 €

Mach dich fit, bring dein Baby mit !

Für Mütter und Babys im Alter von 3 - 6 Monaten

Nach einem sanften Kraft-Ausdauer-Training folgt eine Erholungsphase für Mutter und Kind. Ein wohl dosiertes Trainingsprogramm für den Bereich Bauch, Beine, Po sowie Pilatesübungen verhelfen zu mehr Fitness. Gewogen von Musik kommen die Kleinen am Ende der Stunde zur Ruhe und geben den Mammas die Gelegenheit, sich auszutauschen. Kleingruppe.

K3664
Für Frauen
Sigrid Wellershaus
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 15.5. / 10:30 - 11:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
43,50 €

Beckenbodengymnastik

Ein gut trainierter Beckenboden wirkt vitalisierend und beugt Kreuz- und Hüftschmerzen sowie Senkungs- und Inkontinenzproblemen vor. Das wird durch Kräftigungsübungen für Becken, Bauch und Rückenmuskulatur, Haltungsschulung und viel Entspannung erreicht.

Grundkurs

K3666
Für Frauen
Christina Schweiger
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Mi. 10.4. / 11:30 - 12:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 3.4.
51 €

Grund- und Aufbaukurs

K3667
Für Frauen
Bitte eine Isomatte mitbringen.
Sabine Schubert
Baunatal-Kirchbauna, Gemeinschaftshaus
Hermann-Schafft-Str.
Mo. 18.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
46 €

Aufbaukurs

K3668
Für Frauen
Daniela Bißwanger
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Do. 14.2. / 16:00 - 17:00 / 13 Termine
43,50 €

Pilates

Pilates ist ein Ganzkörpertraining, bei dem der Schwerpunkt auf der Stützmuskulatur der Körpermitte liegt. Die Übungen für die tiefer liegende Bauch- und Rückenmuskulatur werden in kontrollierten und fließenden Bewegungen ausgeführt, die von Menschen jeden Alters erlernt und ausgeübt werden können.

K3671
Christina Schweiger
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 13:00 - 14:00 / 10 Termine
33,50 €

K3672
Gunhild Segner
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.26
Mi. 13.2. / 11:45 - 12:45 / 15 Termine
50 €

K3673
Sabine Bender
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 15:45 - 16:45 / 17 Termine
57 €

K3674
Steffi Mumberg
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Do. 14.2. / 16:20 - 17:20 / 15 Termine
50 €

K3675
Steffi Mumberg
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.24
Do. 14.2. / 17:30 - 18:30 / 15 Termine
50 €

Grundkurse

K3678
Monika Lindemann-Stiegel
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Di. 12.2. / 17:30 - 18:30 / 10 Termine
33,50 €

K3679
Silvia Breuer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Di. 12.2. / 17:30 - 18:30 / 17 Termine
57 €

Aufbaukurse

K3680
Silvia Krug
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Mo. 11.2. / 17:45 - 18:45 / 14 Termine
47 €

K3681
Silvia Krug
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Mo. 11.2. / 18:45 - 19:45 / 14 Termine
47 €

K3682
Christina Schweiger
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Di. 12.2. / 18:00 - 19:00 / 18 Termine
60 €

K3683
Silvia Breuer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Di. 12.2. / 18:30 - 19:30 / 17 Termine
57 €

K3684
Christina Schweiger
Kassel
Kita Wolfhager Str., Wolfhager Str. 429 - 431
Do. 14.2. / 17:30 - 18:30 / 15 Termine
40 €

Pilates-Power-Tag

Training für Körper und Geist

Tagesseminar

Sie möchten Ihr Aussehen verbessern, Ihre Kraft und Beweglichkeit steigern? Komprimiert lernen Sie die wichtigsten Pilates-Grundübungen und Atemtechniken. Mit jeder Übung kräftigen und stabilisieren Sie Ihr Körperzentrum, das sich aus der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur zusammensetzt, und verbessern so auf schonende Art Ihr Körperbewusstsein.
Bitte Decke, Handtuch und dicke Socken mitbringen

K3686
Tuira Kögler, Heilpraktikerin
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Sa. 8.6. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 29.5.
25 €

Pilates trifft auf Rückengymnastik

Training für eine starke Körpermitte, einen starken, vitalen und flexiblen Rücken. Überforderte Muskeln werden gelockert und entspannt.

K3688
Grundkurs
Ute Fischenich
Ahnatal-Weimar
Kindergarten Regenbogen, Berliner Str. 31
Mo. 11.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
59 €

K3689
Aufbaukurs
Ute Fischenich
Ahnatal-Weimar
Kindergarten Regenbogen, Berliner Str. 31
Mo. 11.2. / 19:35 - 20:35 / 15 Termine
59 €

Präventives Pilates für den Rücken

„Die Kraft kommt aus der Mitte". Diese Aussage von Joseph Pilates gilt auch essentiell für ein erfolgreiches Rückentraining. Das Pilatestraining zielt darauf ab, die natürliche Ausrichtung des Körpers wiederherzustellen und durch das Üben aus der Körpermitte die notwendige Stabilität für harmonische, belastungsfreie Bewegungen in den Gelenken zu gewinnen. Geeignet für jede Altersgruppe. Bitte ein ein Handtuch und ein kleines Kissen mitbringen.

K3690
Martina Gutkuhn
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Mo. 11.2. / 9:30 - 10:30 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05673-6282
33,50 €

K3691
Martina Gutkuhn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mi. 13.2. / 17:30 - 18:30 / 12 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel.: 05673-6282
40 €

Pilates und Callanetics

Durch eine Kombination von Muskelaufbau und gezielten Übungen für Bauch, Beine, Po, Hüfte, Rücken und Oberarme verbessern Sie Ihre Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Gezielt bauen Sie Ihre Tiefenmuskulatur auf, stabilisieren Ihre Wirbelsäule und beugen so Osteoporose vor.

K3695
Anita Winkler
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Di. 12.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

K3696
Anita Winkler
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Di. 12.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

Pilates trifft Yoga

Durch die Verbindung mit Yoga wird das Ganzkörpertraining Pilates, das Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination und Körperhaltung nachhaltig verbessert, um passive Dehnungen und Haltepositionen ergänzt. Den Abschluss bildet tiefe, erholsame Entspannung. Bitte eine Decke mitbringen.

K3698
Grundkurs
Gabriela Rivas
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Fr. 15.2. / 13:30 - 14:30 / 10 Termine
33,50 €

K3699
Aufbaukurs
Gabriela Rivas
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.22
Fr. 15.2. / 14:45 - 15:45 / 10 Termine
33,50 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Fitness

Fitness-Mix
Ein vielfältiges Programm voller Musik und Freude mit Schrittkombinationen aus dem Aerobic sowie Kräftigungs- und Dehnungsübungen für Bauch, Beine, Po und Rücken, um die eigene Fitness zu verbessern und körperlich belastbarer zu werden. Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3703
Elke Ries
Bad Karlshafen
Sieburg-Schule C.-D.Stunz-Weg 5
Mi. 10.4. / 18:30 - 19:30 / 10 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05675-5065
33,50 €

Fit in Form
Ein Ganzkörpertraining mit Musik. Stretching und Entspannungsübungen runden das Programm ab.

K3705
Martina Hesse
Grebenstein
Hospitalsaal, Bahnhofstr. 19
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

Konditions- und Fitnessgymnastik
Ein abwechslungsreiches Ausdauertraining des Herz-Kreislauf-Systems verbunden mit Übungen zur Koordination, Mobilisation und Kräftigung der gesamten Muskulatur nach Musik.

K3708
Jutta Kilian
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 19:15 - 20:15 / 15 Termine
50 €

K3709
Für Frauen
Annette Baumann
Kaufungen-Niederkaufungen
Haferbachhalle, Am Haferbach 10
Mi. 13.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
50 €

K3710
Für Frauen
Annette Baumann
Kaufungen-Niederkaufungen
Haferbachhalle, Am Haferbach 10
Mi. 13.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

Fit und beweglich - leicht gemacht
Ein umfassendes Herz-Kreislauftraining mit Übungen aus der Krankengymnastik. Geeignet auch bei gesundheitlichen Einschränkungen durch z. B. Diabetes, Bluthochdruck, Gelenk-, Muskel- oder Wirbelsäulenproblemen. Gezieltes Bewegungsangebot zur Verbesserung des körperlichen, psychischen und allgemeinen Wohlbefindens. Anleitung und Förderung von Eigeninitiative und Selbstverantwortung. Tipps rund um die Gesundheit.

K3711
Auch für Ältere geeignet
Daniela Bißwanger
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Do. 14.2. / 17:15 - 18:15 / 13 Termine
Anmeldung nur nach Rücksprache im Kurs!
43,50 €

Problemzonen-Fitness
„Speck-Lager" wie Bauch-Beine-Po werden fit und flott gemacht, ebenso Muskelschwachstellen, Schultergürtel und Rücken trainiert. Auf eine rückengerechte Ausführung wird viel Wert gelegt. Achtung! Es geht richtig zur Sache!

K3712
Dorothee Nitsche
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

K3713
Brigitte Walter, Heilpraktikerin
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 16:30 - 17:30 / 15 Termine
50 €

K3714
Stephanie Schatka
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Di. 12.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

K3715
Sabine Bender
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 16:45 - 17:45 / 17 Termine
57 €

K3716
Stephanie Schatka
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

Bewegung und Gewichtsreduktion - leicht gemacht
Sie möchten etwas für sich und Ihr Gewicht tun? Mit einem speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Herz-Kreislauftraining werden Beweglichkeit und Kondition systematisch gesteigert. Die Fettverbrennung wird durch gezielte Übungen angekurbelt. Sie erhalten Tipps rund ums Abnehmen.

K3719
Daniela Bißwanger
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Raum 13
Do. 14.2. / 18:30 - 19:30 / 13 Termine
43,50 €

Bauch, Beine, Po & mehr
Nicht nur Bauch, Beine und Po werden trainiert, sondern auch Brust, Schultern und Rücken. Unterstützend werden Hanteln und Therabänder eingesetzt. Ein tolles Training auch für Einsteiger/innen.

K3720
Heike Schutta
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Do. 14.2. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
33,50 €

K3721
Birgit Heinemann
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mo. 11.2. / 16:45 - 17:45 / 15 Termine
50 €

Fitness-Mix

Nach moderner rhythmischer Musik und mit Schrittkombinationen aus dem Aerobic trainieren wir Ausdauer. Rückenfreundlicher Muskelaufbau für Bauch, Beine und Po. Entspannen, dehnen und sich hinterher einfach wohl fühlen.

K3722
Bärbel Meister
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mo. 11.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

K3723
Bärbel Meister
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Do. 14.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

Fit werden, fit bleiben

Geeignet für jedes Alter - mit oder ohne Handikap. Unter dem Motto „Freude an körperlicher Bewegung" führen ausgewählte effektive Übungen mit diversen Geräten und schöner Musik zu aufrechter Körperhaltung, mehr Kraft, Koordination und Beweglichkeit. Atem-, Dehnungs- und Entspannungsübungen ergänzen das Programm. So erreichen Sie mehr Sicherheit und Wohlbefinden im Alltag!

K3725
Dr. Kristina Johannesson-Groß
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 11:15 - 12:15 / 15 Termine
50 €

Fitness-Mix

Einfache Schrittfolgen zu unterschiedlicher Musik bringen den Kreislauf in Schwung. Abwechslungsreiche, bewusst ausgeführte Übungen - auch mit Einsatz von großen und kleinen Bällen, Seilen und Stöcken - verbessern Koordination, Aufrichtung und Beweglichkeit. Dehn- und Entspannungsübungen runden dieses moderate Fitnessprogramm ab, das Spaß an der Bewegung vermittelt. Bitte ein großes und ein kleines Handtuch mitbringen.

K3726
Regina Kratzsch
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111, Saal
Mi. 13.2. / 17:45 - 18:45 / 15 Termine
50 €

Tanz dich fit

Motivierende Musik verschiedener Stilrichtungen regt Sie in der freien Tanzphase an, einfach los zu tanzen und Spaß zu haben. Spielerische Übungen helfen, die eigenen Bewegungsmuster zu erweitern. Vielseitige bewusst ausgeführte Übungen auf der Matte verbessern Koordination, Aufrichtung und Beweglichkeit. Dehn- und Entspannungsübungen beenden das Angebot. Bitte ein großes und ein kleines Handtuch mitbringen.

K3727
Regina Kratzsch
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 17:45 - 19:00 / 15 Termine
62,50 €

Fitmacher-Gymnastik

Gezieltes, intensives und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining. Einfache Aerobic-Schrittkombinationen und Entspannung inklusive.

K3728
Andrea Leß
Naumburg
Elbetalschule, Am Kuhberg 13
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:15 / 12 Termine
50 €

Fitnesstraining

Ein sanftes, gelenkschonendes Trainingsprogramm für Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer.

K3729
Friedhelm Götte
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Neue Großsporth., Kurfürstenstr. 20,
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 20 Termine
67 €

Latin Fitness und Zumba®

Latin und Salsa Fitness

Intensives Aufwärmtraining bei lateinamerikanischen Rhythmen, Erlernen von Schrittkombinationen des Salsa und Latin-Style. Gezielte Kräftigungs-, Dehnungs- und Entspannungsübungen für Rücken- und Rumpfmuskulatur zur Stabilisierung des Halteapparates. Für Tanzbegeisterte, die eine Mischung aus lustvollem Salsa und Entspannung lieben.

K3736
Pedro Daniel Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Di. 12.2. / 20:00 - 21:00 / 15 Termine
50 €

K3737
Osmel Yamil Rodriguez Bernal
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

Latin Dance Mix

Sie müssen nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben. Die heißen, lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen wirken dabei sehr motivierend. Ein Intervalltraining, das die Fettverbrennung ankurbelt. Anschließend folgt ein abwechselungsreiches Ganzkörperkrafttraining, das den Problemzonen entgegen wirkt.
Join the party! Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3738
Sandra Parker
Vellmar-Frommershausen
Mehrzweckhalle, Pfadwiese 10
Di. 12.2. / 17:30 - 19:00 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
60 €

Zumba®

Sehr wirksames Fitnesstraining mit Choreografien zu lateinamerikanischer Musik. Von der Salsa bis zum Cha-Cha-Cha, unterschiedlichste Tänze sind Grundlage von Intervall-Trainingseinheiten, die die Koordination fördern und den Körper kräftigen. Das alltägliche Fitnessprogramm ist eine Party! Spontan, impulsiv.....und macht einfach Spaß!

K3740
Espenau
Fitness- und Wellnessstudio Multipoint, Heinestr. 4
Mo. 4.3. / 18:00 - 19:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
33,50 €
+ Raumnutzungsgebühr 10 €

K3741
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 115
Fr. 8.3. / 17:00 - 18:00 / 10 Termine
33,50 €

K3745
Eliane Lehmann dos Santos
Kassel
Elisabeth-Knipping-Schule, Mombachstr. 14, Turnhalle
Mo. 11.2. / 20:15 - 21:15 / 15 Termine
50 €

K3746
Osmel Yamil Rodriguez Bernal
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Mi. 13.2. / 16:45 - 17:45 / 15 Termine
50 €

K3747
Osmel Yamil Rodriguez Bernal
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Do. 14.2. / 14:00 - 15:00 / 15 Termine
50 €

K3748
Osmel Yamil Rodriguez Bernal
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Do. 14.2. / 15:00 - 16:00 / 15 Termine
50 €

K3750
Heike Huth
Naumburg-Elbenberg
Gemeinschaftshaus Flachsrose, Naumburger Str. 4
Mi. 20.2. / 20:00 - 21:00 / 12 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
40 €

Zumba®

Aufbaukurs

Dieses intensive Intervalltraining setzt Zumba®-Erfahrungen, sehr gute Kondition, Koordination und Konzentrationsfähigkeit auf verschiedene Bewegungsmuster voraus. Zumba® ist steigerungsfähig!

K3751
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Fr. 15.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
50 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Zumba Gold®

ab 50 Jahren

Sie zählen sich zu den „länger aktiv Junggebliebenen", lieben lateinamerikanische Rhythmen, Bewegung und Tanz?! Hier wird Ihnen ein Ganzkörpertraining geboten, das Ihren Fitnessstand behutsam und bedächtig aufbaut, ihre Koordination und Kondition nachhaltig verbessert und Ihr Bewegungsspektrum erweitert. Auch nach Verletzungen, bei gesundheitlichen Einschränkungen oder Übergewicht ist dieses einfühlsame Training für Sie geeignet. Lassen Sie sich entführen in eine wohltuende Mischung mitreißender tänzerischer Lebensfreude und systematischen Fitnesstrainings!

K3753
Elizabeth Caicedo
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Fr. 15.2. / 11:15 - 12:15 / 15 Termine
50 €

K3754
Elizabeth Caicedo
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Fr. 15.2. / 12:15 - 13:15 / 15 Termine
50 €

Aerobic/ Bodyforming

Drums-Alive

Lebensfreude pur

Rhythmisches Trommeln bei fetziger Musik gepaart mit Aerobicelementen auf Pezzibällen. Freude, Action und Förderung der Konzentration und Koordination.

K3760
Sanya Nöding-Meier
Espenau
Fitness- und Wellnessstudio Multipoint, Heinestr. 4
Do. 14.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
33,50 €
+ Raum- und Gerätenutzung: 15 €

Perfect Body

Intensive Übungen straffen und festigen große Muskelgruppen wie Bauch, Beine, Po, Rücken und Brust. Wenn Sie Lust auf eine Herausforderung, Spaß an fetziger Musik und Bewegung haben, sind Sie hier richtig!
Motto: Nicht aufgeben! Weitermachen!

K3762
Nancy Knese
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 16:30 - 17:30 / 17 Termine
57 €

K3763
Nancy Knese
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Fr. 15.2. / 14:45 - 15:45 / 17 Termine
57 €

Dance Aerobic TM

Ein geregelter Ablauf mit Warm Up, Cardio, Cool Down, Stretch und Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems zu motivierender Musik. Danceelemente aus Latin, Jazz, Funk, Disco, House und HipHop peppen das klassische Aerobic auf. Let's dance!

K3764
Joachim Voth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 19:15 - 20:15 / 15 Termine
50 €

K3765
Aufbaukurs
Joachim Voth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mo. 11.2. / 20:15 - 21:15 / 15 Termine
50 €

Bodyforming

Übungen zur Koordination des Gleichgewichtes, die ein besseres Körpergefühl bewirken. Durch Einsatz des eigenen Körpergewichtes wird der Körper nachhaltig geformt und gekräftigt. Entspannungsübungen bilden den Abschluss.

K3766
Joachim Voth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 20:15 - 21:15 / 15 Termine
50 €

Workout Mix

Ganzkörpertraining speziell für Bauch, Beine, Po, Brust, Schultergürtel und Rücken, auch mit Handgeräten. Die Muskulatur wird durch gezielte Kräftigungsübungen gestrafft und „modelliert", der Fettstoffwechsel positiv beeinflusst. Entspannungsübungen als Cool-Down.

K3769
Katrin Knauf
Kassel
Elisabeth-Knipping-Schule, Mombachstr. 14, Turnhalle
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €

Latin-Danceworkout

Tanzschritte aus dem Aerobic kombiniert mit Kräftigungsübungen zu lateinamerikanischer Musik und anschließendem Workout. Entspannung und Dehnung beenden die Stunde.

K3770
Stephanie Schatka
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Di. 12.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

Bodyshaping

Figurformung mit Pfiff - Straffung der Problemzonen. Um Bauch, Beine, Po sowie Oberarme und Rücken zu kräftigen und in Form zu bringen, werden auch diverse Handgeräte gezielt eingesetzt. Aufwärmphase mit super Musik.

K3771
Birgit Heinemann
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 13.2. / 11:00 - 12:00 / 15 Termine
50 €

Fatburning

Ihre Fettverbrennung wird durch gezieltes Ganzkörpertraining und kleine Choreographien angeregt. Mit Handgeräten wie Tubes und Hanteln werden alle Muskelgruppen gestylt und gekräftigt. Und mit Aerobic-Musik macht das auch noch Spaß!

K3772
Birgit Heinemann
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 13.2. / 17:00 - 18:00 / 15 Termine
50 €

Body Styling

Gezieltes Fatburning durch effektives Ganzkörpertraining nach peppiger Musik. Durch abwechslungsreiche Übungen, auch mit diversen Handgeräten, werden alle Muskelpartien (Bauch, Beine, Po, Arme, Brust) angesprochen und gestylt. Ein rundum gutes Bodyfeeling ist das Resultat. Nicht warten! Mitmachen!

K3773
Dorothee Nitsche
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 17:45 - 18:45 / 15 Termine
50 €

K3774
Martina Seidel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
50 €

K3775
Martina Seidel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Mi. 13.2. / 20:30 - 21:30 / 15 Termine
50 €

Salsa Aerobic

Motivierendes Ganzkörpertraining zu lateinamerikanischen Rhythmen. Nach kurzem Aufwärmen werden Schrittkombinationen aus dem Salsa und Latin Dance mit Aerobicelementen vielfältig kombiniert. Ein entspannendes Cool-Down beendet die Stunde.

K3776
Stephanie Schatka
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Gymnastikraum
Do. 14.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
50 €

Problemzonen-Gymnastik

Ganzkörpertraining speziell für Bauch, Beine Po, Brust, Rücken und Schultergürtel. Muskelstraffung durch gezielte Kräftigungsübungen, mit und ohne Handgeräte, aber immer mit Spaß und Musik. Dehnungs- und Entspannungsübungen runden das Programm ab. Alle Übungen werden gelenkschonend und rückengerecht ausgeführt.

K3778
Petra Bublak
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Do. 14.2. / 17:30 - 18:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
40 €

Fatburner - Bodyforming

Das effektive Körpertraining mit Musik und kleinen Choreographien kurbelt enorm die Fettverbrennung an und strafft gleichzeitig die Figur - ohne Schnaufen und aus der Puste zu kommen - aber mit viel Schwitzen und Spaß.

K3779
Petra Bublak
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Do. 14.2. / 18:35 - 19:35 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
40 €

Energy-Dance®

Mit Energy-Dance® fit und rückengestärkt in den Tag

Das ganzheitliche Fitnesstraining zum Loslassen und Wohlfühlen für alle, die sich leicht und fließend in rhythmisch-dynamische Bewegungen führen lassen und mit der Aufmerksamkeit im Körper energievoll erleben wollen. Die Muskulatur wird gelockert und mit Übungen aus Stretching, Yoga und Pilates intensiv gekräftigt und gezielt gedehnt. Ausgleichende Entspannung hilft, die gewonnene Energie zu speichern. Bitte eine Isomatte mitbringen.

K3780
Tanja Gantarev
Lohfelden
Neue Mehrzweckhalle, Lange Str. 22
Mo. 11.2. / 17:30 - 18:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
51,50 €

K3781
Tanja Gantarev
Lohfelden
Neue Mehrzweckhalle, Lange Str. 22
Mo. 11.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
51,50 €

Energy Dance® Herz-Kreislauftraining

Mit dieser grundlegend neuen Methode werden Sie mühelos in abwechslungsreiche Bewegung geführt, fließend und leicht, ohne Choreographie und ohne Takte zählen zu müssen. Wie von selbst trainieren Sie dadurch ihr Herz-Kreislaufsystem. Anschließend kräftigen wir Ihre Muskulatur auf der Matte und dehnen sie gezielt. So gewinnen Sie neue Lebensenergie.

K3785
Doris Taskesen
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mo. 11.2. / 16:20 - 17:50 / 15 Termine
75 €

K3786
Doris Taskesen
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mo. 11.2. / 17:55 - 19:25 / 15 Termine
75 €

K3787
Doris Taskesen
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mo. 11.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K3788
Doris Taskesen
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Do. 14.2. / 8:30 - 10:00 / 15 Termine
75 €

Tanzen

Hoop-Dance

Hoop-Dance (Hula-Hoop) ist ästhetisch, kreativ, spielerisch, macht vor allem unglaublich viel Spaß und ist zudem ein dynamisch effektives Ganzkörpertraining. Zu Musik unterschiedlicher Stilrichtungen wird der Hoop um die Hüften geschwungen, er wandert von den Knien bis zum Hals, steigt über den Kopf und taucht wieder zu den Hüften. Oder er wird außerhalb des Körpers horizontal oder vertikal gespielt. Sie können ihn um die Arme, Beine und Füße kreisen lassen und Richtungswechsel, Würfe und Sprünge ausprobieren. Ziel ist - angefangen vom Hüftschwung - nach und nach alle Bewegungen fließend zu verbinden und durch kleine Choreographien den Hoop mit uns tanzen zu lassen. Die speziellen Hula-Hoop-Reifen werden gestellt. Bitte bequeme Bewegungskleidung mitbringen.

K3790
Andrea Döhne
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Di. 19.2. / 17:00 - 18:00 / 8 Termine
Mi. und Do. jeweils 17:30 - 19:00
47 €

K3791
Andrea Döhne
Lohfelden
Regenbogenschule, Friedrich-Ebert-Ring 1/2
Di. 19.2. / 17:30 - 19:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
47 €

Foto: Katja Fuhr-Boßdorf/pixelio.de

Tanzen aus der Mitte

Gesundheit - Fitness - Lebensfreude

Sie möchten sich bewegen? - nach toller Musik? - am liebsten nach dem Vorbild der Lateinamerikaner? Dann sind Sie hier genau richtig.
Mit einfachen tänzerischen Übungen - bis hin zu den Tanz-Gundschritten der lateinamerikanischen Tänze lernen Sie, Ihren gesamten Körper aus der Mitte heraus bewegen zu lassen. Sie steigern Ihre Fitness, fördern Bewegungsrhythmik und -koordination und stärken Ihr Herz-Kreislauf- und Immunsystem. Die Erfahrung der zusätzlich gewonnenen Selbstsicherheit reicht über den Kurs hinaus bis in den Alltag
Keinerlei Kenntnisse erforderlich.
Bitte Schuhe mitbringen, in denen Sie tanzen können.

K3793
Edith Malsi
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mi. 13.3. / 18:45 - 19:45 / 6 Termine
23,50 €

Schwimmen und Aqua-Fitness

Schwimmen für Babys und Kleinkinder mit ihren Eltern und Schwimmen für Kinder, siehe Seite 175

Wie ein Fisch im Wasser

Es ist nie zu spät, schwimmen zu lernen! Lernen Sie, mit dem Element Wasser angstfrei umzugehen, die Scheu vor dem „Tiefen" zu verlieren, sich vom Wasser tragen zu lassen, und genießen Sie das Gefühl von Leichtigkeit - ob beim Brust-, Rückenschwimmen oder beim Kraulen.

K3800
Schwimmlernkurs für Erwachsene
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Di. 5.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel.: 05671-500079 und 05671-81813
50 €
+ Eintritt Hallenbad

Schwimmen für Frauen

„Trau dich!"

Sich spielerisch ans Wasser gewöhnen und Schritt für Schritt mit diesem Element vertraut werden. Bitte eine Bademütze mitbringen. Gruppengröße 8 - 10.

K3805
Janna Kunde
Kassel, Schwimmhalle der Hupfeldschule, Hupfeldstr. 8
Mi. 13.2. / 15:15 - 16:15 / 15 Termine
56,50 €

K3806
Janna Kunde
Kassel, Schwimmhalle der Hupfeldschule, Hupfeldstr. 8
Mi. 13.2. / 16:15 - 17:15 / 15 Termine
56,50 €

Aqua-Fitness

Aqua-Fitness ist ein mit Musik durchgeführtes Ganzkörperprogramm im Tiefwasser zur Förderung der Ausdauer, der Kraft, der Beweglichkeit sowie der Koordination. Der Auftrieb im Wasser macht das Aqua-Fitnesstraining besonders gelenkschonend und entlastet die Wirbelsäule.

K3810
Stefanie Hold
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Mo. 18.2. / 17:45 - 18:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
32 €
+ Eintritt Hallenbad

K3811
Stefanie Hold
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Mo. 18.2. / 18:30 - 19:15 / 12 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
32 €
+ Eintritt Hallenbad

K3812
Stefanie Hold
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Mo. 18.2. / 19:15 - 20:00 / 12 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
32 €
+ Einritt Hallenbad

K3813
Stefanie Hold
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Mo. 18.2. / 20:00 - 20:45 / 12 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
32 €
+ Eintritt Hallenbad

K3814
Rosemarie Schwering
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Di. 12.2. / 17:45 - 18:30 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
32 €
+ Einritt Hallenbad

K3815
Rosemarie Schwering
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Di. 12.2. / 18:30 - 19:15 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
32 €
+ Einritt Hallenbad

K3816
Rosemarie Schwering
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Di. 12.2. / 19:15 - 20:00 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
32 €
+ Eintritt Hallenbad

K3817
Rosemarie Schwering
Breuna
Märchenlandtherme, Schulstr. 5
Di. 12.2. / 20:00 - 20:45 / 12 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
32 €
+ Eintritt Hallenbad

K3818
Ute Mader
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Mi. 13.2. / 19:00 - 19:45 / 12 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
48 €
+ Eintritt Hallenbad

Wassergymnastik

Kräftigende und ausgleichende Gymnastik im Wasser zur Verbesserung der körperlichen Befindlichkeit und des Lebensgefühls.

K3820
Für Frauen
Ulla Troe
Kassel
Hotel Gude, Frankfurter Str. 299, 34134 Kassel
Di. 12.2. / 10:00 - 11:00 / 12 Termine
85,50 €
inkl. Eintritt ins Bad

K3821
Ulla Troe
Kassel
Hotel Gude, Frankfurter Str. 299, 34134 Kassel
Di. 12.2. / 11:00 - 12:00 / 12 Termine
85,50 €
inkl. Eintritt ins Bad

Nordic Walking

Nordic Walking

Mit diesem Ganzkörperbewegungsprogramm schulen Sie Koordination, Ausdauer und Kraft. Bis zu 90 % der gesamten Körpermuskulatur können bei korrekter Ausführung angesprochen werden. Der Stoffwechsel und das Herzkreislaufsystem werden angeregt. Geeignet für Menschen aller Altersklassen und Fitnessstände. Stöcke werden zur Verfügung gestellt.

K3831
Harald Ehrhardt
Baunatal-Großenritte
Wasserwerk, Trineweg
Mo. 11.3. / 17:00 - 18:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
42 €

K3832
Harald Ehrhardt
Baunatal-Großenritte
Wasserwerk, Trineweg
Di. 12.3. / 10:00 - 11:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
42 €

K3833
Harald Ehrhardt
Baunatal-Großenritte
Wasserwerk, Trineweg
Mi. 13.3. / 17:00 - 18:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
42 €

K3834
Für übergewichtige Frauen
Anna-Petra Mühling
Kassel, Marmorbad an der Orangerie, Treffpunkt
Mo. 4.3. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
50 €

K3835
Karin Severin-Lenz
Kassel
Bergpark Wilhelmshöhe, Endstation Linie 1
Mi. 10.4. / 9:30 - 11:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 3.4.
40 €

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V

Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen:

Bewegung, Stressbewältigung/ Entspannung, Ernährung und Suchtmittelkonsum

kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird.
Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Sport

Sport und Spiel für Kinder, siehe Seite 176
Judo für Kinder siehe Seite 176

Sport - Spiel - Spaß

Power, Tempo, Spaß und Herausforderung! Ob traditionelle Spiele oder Newgames. Spielen Sie mal wieder! Volley-, Basket- und Fußball, Hockey, Völker-, Prellball oder Badminton und vieles mehr. Lassen Sie sich herausfordern und Ihre sportliche Leistungsgrenze spüren. Fitness und Funktionsgymnastik sowie Entspannungsübungen runden das Programm ab.

K3867
Thomas Breuer
Kassel
Elisabeth-Knipping-Schule, Mombachstr. 14, Turnhalle
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Muskelaufbau an Geräten für Senioren von 50 - 100

Anleitung und Beratung bei individueller Trainingsgestaltung, um dem natürlichen Muskelabbau und der Osteoporose im Alter entgegenzuwirken sowie Lebensqualität und Wohlbefinden zu fördern.

K3868
Rolf Blauert
Kassel
Fitnesscenter Industriepark Waldau, Richard-Roosen-Str. 5
Di. 12.2. / 10:00 - 11:00 / 15 Termine
50 €
+ Nutzung der Geräte 25 €

K3869
Rolf Blauert
Kassel
Fitnesscenter Industriepark Waldau, Richard-Roosen-Str. 5
Do. 14.2. / 10:00 - 11:00 / 15 Termine
50 €
+ Nutzung der Geräte 25 €

K3870
Rolf Blauert
Kassel
Fitnesscenter Industriepark Waldau, Richard-Roosen-Str. 5
Di. 12.2. / 9:00 - 10:00 / 15 Termine
50 €
+ Nutzung der Geräte 25 €

Foto: RAHOUSE/pixelio.de

Spinning - Grund- und Aufbaukurs

Gesundheitsorientiertes Indoor-Cycling (Fahrradfahren) zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und der Gesamtkondition.
Bitte feste Turnschuhe, Sportkleidung und ein Handtuch mitbringen.

K3871
Sanya Nöding-Meier
Espenau
Fitness- und Wellnessstudio Multipoint, Heinestr. 4
Di. 19.2. / 19:00 - 20:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
33,50 €
+ Raum- und Gerätenutzung: 15 €

Indoor-Cycling

Grundkurs

Gesundheitsorientiertes Indoor-Cycling zur Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und der Kondition.

K3872
Rolf Blauert
Kassel
Fitnesscenter Industriepark Waldau, Richard-Roosen-Str. 5
Fr. 15.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
50 €
+ Nutzung der Geräte 25 €

Vom Federball zum Badminton

Grundkurs

Spaß an der Bewegung

Sie erlernen die Grundschlagtechniken und werden hingeführt zum Sportspiel (Einzel/ Doppel/ Mixed).
Badmintonschläger und -bälle werden zur Verfügung gestellt.

K3875
Mario Bär
Lohfelden
Söhreschule, Lange Str. 51
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
50 €

Vom Federball zum Badminton

Aufbaukurs

Spaß an der Bewegung

Verfeinerung der Schlagtechnik, Schlagsicherheit und Schlagpräzision. Spiel- und Übungsformen zum Erlernen taktischer Verhaltensweisen.

K3876
Stefan Pless
Lohfelden
Söhreschule, Lange Str. 51
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
50 €

Inline-Skating

Grundkurs

Tagesseminar

Ein Theorie- und Praxisworkshop für alle, die Inline-Skating von Grund auf erlernen möchten, von Fahrtechniken wie Umsteigen, Kurven fahren, Slalom, rückwärts fahren bis zu Bremstechniken und dem richtigen Fallen. Erforderlich sind Inline-Skates mit montierter Fersenbremse und kompletter Schutzbekleidung.
Der Kurs findet auch bei Regen bzw. schlechtem Wetter statt (im OTC). Treffpunkt ist immer der Besucherparkplatz an der Hauptwache.

K3878
Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene
Harald Ehrhardt
Baunatal-Altenbauna
VW-Werk
Sa. 20.4. / 10:00 - 13:00
Anmeldeschluss 12.4.
18 €

Rudern auf der Fulda

Einführung

Wochenendseminar

Rudern ist eine aus gesundheitlicher Sicht empfehlenswerte Sportart. Neben dem Naturerlebnis und dem Spaß in der Gruppe ist es eine Ausdauersportart, die Herz, Kreislauf, Atmung und Stoffwechsel positiv beeinflusst. In Großbooten werden die Grundlagen des Ruderns für Jung und Alt vermittelt.

K3880
Stefan Pless
Kassel,
Kasseler Frauenruderverein, Auedamm 35
Fr. 22.3. / 15:15 - 19:15
Sa. 23.3. / 10:00 - 15:00
2 Termine
Anmeldeschluss 15.3.
35,50 €

K3881
Stefan Pless
Kassel
Kasseler Frauenruderverein, Auedamm 35
Fr. 12.4. / 15:15 - 19:15
Sa. 13.4. / 10:00 - 15:00
2 Termine
Anmeldeschluss 22.3.
35,50 €

K3882
Stefan Pless
Kassel
Kasseler Frauenruderverein, Auedamm 35
Fr. 26.4. / 15:15 - 19:15
Sa. 27.4. / 10:00 - 15:00
2 Termine
Anmeldeschluss 19.4.
35,50 €

Windsurfing

Wochenendseminar

Sie erhalten eine solide Grundausbildung: Funktionen von Segel und Brett, physikalische Grundlagen (Aerodynamik etc.), sachgerechter Aufbau der Ausrüstung, Umwelt- und Naturschutz, Steuern und Wenden des Surfboards, gegen den Wind fahren u.v.m.
Ausrüstung und schriftliche Unterlagen für den theoretischen Unterricht werden gestellt.
Auf Wunsch können Sie gegen Gebühr im Anschluss die Prüfung für den international anerkannten VDWS-Grundschein ablegen

K3883
Antonio Garcia
Kassel
Fun-Surf-Schule, Fuldaaue 13-15
Sa. 8.6. / 12:00 - 16:00
So. 9.6. / 12:00 - 15:00
Mo. 10.6. / 16:00 - 19:00
3 Termine
Anmeldeschluss 27.5.
112 €

K3884
Antonio Garcia
Kassel
Fun-Surf-Schule, Fuldaaue 13-15
Sa. 6.7. / 12:00 - 16:00
So. 7.7. / 12:00 - 15:00
Mo. 8.7. / 16:00 - 19:00
3 Termine
Anmeldeschluss 24.6.
112 €

Mountainbike Fahrtechniktraining - Grundkurs

Für Frauen

Tagesseminar

Auf der gemeinsamen Tour (ca. 30 km) mit anderen Frauen können Sie gegenseitig Erfahrungen austauschen, beim Fahrtechnik-Training mutiger und sicherer werden und Tipps & Tricks rund um das Mountainbiken einholen. Zur Mittagszeit wird auf eigene Kosten eingekehrt. Sie lernen, Ihr Bike zu kontrollieren und knifflige Situationen sicher zu meistern.
Vorausgesetzt wird eine gewisse Grundsportlichkeit, gepaart mit gutem Reaktionsvermögen und Ausdauer.

K3885
Jörg Führer
Niestetal-Sandershausen
Mehrzweckplatz unter der Autobahnbrücke
Sa. 25.5. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 17.5.
28 €

Mountainbike Fahrtechniktraining für Kinder, siehe Seite 176

Cardio Tennis

Ein Gruppentraining mit viel Aktion, das sich aus Warm-up, Cardio Workout und Cool Down zusammensetzt. Sie sind ständig in Bewegung, halten sich fit und verbrennen Kalorien.
Bitte saubere Hallenschuhe mit heller Sohle, Pulsuhr (falls vorhanden) und Tennisschläger mitbringen. Schuhe und Schläger könnnen ausgeliehen werden.
Gruppengröße 6 - 8 Teilnehmende

K3890
Manfred Dockhorn, DTB-B und zertifizierter Tennis-Cardio Trainer
Vellmar
Nordstr. 62, Tennishalle Dockhorn
Mi. 13.2. / 11:00 - 12:30 / 10 Termine
68,50 €
+ 30 € für Platznutzung an Kursleiter

K3891
Manfred Dockhorn, DTB-B und zertifizierter Tennis-Cardio Trainer
Vellmar
Nordstr. 62, Tennishalle Dockhorn
Do. 14.2. / 15:30 - 17:00 / 10 Termine
68,50 €
+ 30 € für Platznutzung an Kursleiter

Ernährung

Nahrungsergänzungsmittel - Sinn und Unsinn

Tagesseminar

Brauchen wir sie oder sind sie überflüssig oder gar gefährlich? Gibt es sinnvolle Präparate? Können wir uns auch ohne Nahrunsmittelergänzungsmittel gesund ernähren?

K3900
Eva-Maria Rötzer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mi. 24.4. / 20:00 - 22:00
Anmeldeschluss 15.4.
11 €
+ Materialkosten: 2,00 €

Iss dich fit - Gesunde Ernährung für die ganze Familie - aber wie?

Sie wollen sich gesund ernähren, dabei aber auch mit Freude essen und trinken und sich auf Dauer rundum fit fühlen ? Im Dschungel des Angebots fällt es schwer, die richtige Auswahl für sich zu treffen. Dieser Kurs wird Ihnen den Weg zu einer ausgewogenen Ernährung mit vielen Informationen und Tipps erleichtern.

K3901
Eva-Maria Rötzer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Do. 21.2. / 19:00 - 20:30 / (Termine
Anmeldeschluss 15.2.
47 €
+ Materialkosten: 5,00 €

Kochen und Backen

Schmackhafte Fünf-Elemente-Küche Grundkurs

Ernährung nach Traditioneller Chinesischer Medizin

Basierend auf den Grundprinzipien der traditionellen chinesischen Ernährung werden mit gängigen Lebensmitteln köstliche Gerichte gezaubert, die alle Sinne ansprechen, denn Genuss steht im Vordergrund. Und auch im Kochen weniger Geübte werden Spaß an den leichten, alltagstauglichen Gerichten finden. Erleben Sie, welchen positiven Einfluss diese Küche auf Ihr Wohlbefinden hat.

K3902
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 12.6. / 18:00 - 21:30 / 3 Termine
Anmeldeschluss 3.6.
35 €
+ Lebensmittelumlage

Fünf-Elemente-Kochtreff - vegetarische Rezeptideen

Ernährung nach Traditioneller Chinesischer Medizin

Aufbauend auf den Grundlagen der schmackhaften Fünf-Elemente-Küche kochen wir diesmal im Kochtreff Wohlfühl-Gerichte, die auch für Vegetarier gut geeignet sind. Freuen Sie sich auf neue aromatische Rezeptideen.

K3903
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 20.2. / 18:00 - 21:30 / 3 Termine
Anmeldeschluss 13.2.
35 €
+ Lebensmittelumlage

Ayurvedische Kochkunst und Ernährung

Tagesseminar

Aufbauend auf wichtigen Grundlagen der ayurvedischen Ernährung, werden wir ein köstliches ayurvedisches Abendmenü zubereiten. Wir lernen, wie Ghee, zerlassene Butter, hergestellt wird, wie es beim Dünsten von Gemüse, Reis und beim Rösten von Gewürzen verwendet wird.
Außerdem bereiten wir ein Chutney, süß-saure Beilage, und Lassi, ein beliebtes Joghurtgetränk, zu.
Gutes ayurvedisches Essen ist Nahrung für Leib und Seele.

K3904
Franz HomaBaunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Di. 7.5. / 17:45 - 21:30
Anmeldeschluss 29.4.
16 €
+ Lebensmittelumlage

Power-Food

Frische Zutaten aus dem großen Angebot der Frühjahrsfrüchte und Sommergemüse stehen im Mittelpunkt. Wir verarbeiten sie zu leckeren, unkomplizierten und alltagstauglichen Menüs. Jeder Kursabend steht unter einem anderen Motto. Manchmal wird vegetarisch gekocht, an anderen Abenden gehören Fisch und Fleisch zum Speiseplan. Mal bleiben wir kulinarisch in einer Region Deutschlands, mal „reisen" wir ans Mittelmeer, nach Asien oder in einen anderen Teil der Welt. Auch ein Oster-Festmenü wird dabei sein. Geboten wird leichte und vitale Küche, aber vor allem viel Spaß am gemeinsamen Kochen und Genießen.
Vierzehntägig,

K3905
Susanne Conrad-Schenker
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mo. 18.2. / 18:30 - 21:30 / 5 Termine
50 €
+ Lebensmittelumlage

Foto: Marianne J./pixelio.de

Brennnessel, Giersch und Gundelrebe - Unkräuter im Suppentopf

Tagesseminar

Viele Wildpflanzen am Wegrand, auf Wiesen und im Wald sind essbar und enthalten verschiedene gesunde Inhaltsstoffe. Trotzdem schenken wir diesen Pflanzen zumeist keine Beachtung oder bekämpfen sie als störende Unkräuter. Auf einer Exkursion lernen wir einige von ihnen kennen und bereiten anschließend aus den gesammelten (Un)Kräutern ein leckeres Kräutermenü zu.

K3907
Tanja Tempel
Zierenberg
Elisabeth-Selbert-Schule, Zum Steinborn 1
Sa. 27.4. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 15.4.
16 €
+ Lebensmittelumlage

Holunderblüten - Delikatessen aus Goldstaub

Tagesseminar

Bei einem kleinen Spaziergang sammeln wir den kostbaren Goldstaub und erfahren viel Wissenwertes zum Holunder, seinen Heilkräften und seiner mythologischen Bedeutung. Danach geht's in die Küche, um allerlei Leckerein aus den Holunderblüten herzustellen und anschließend zu verkosten.

K3908
Tanja Tempel
Zierenberg
Elisabeth-Selbert-Schule, Zum Steinborn 1
Sa. 8.6. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 27.5.
16 €
+ Lebensmittelumlage

**Fünf-Elemente-Ernährung (TCM) - Wie funktioniert das?
Siehe auch Kurs K3058, Seite 78**

Holunderwunder

Tagesseminar

Bei einer einstündigen Exkursion sammeln wir Holunderbeeren. Anschließend werden die Beeren verlesen und zu Marmelade, Saft, Likör, Desserts oder Gebäck verarbeitet. Zum Schluss werden die Leckereien verkostet. Nebenbei gibt es jede Menge Informationen zum Holunder, seinen Heilkräften und seiner mythologischen Bedeutung in der Vergangenheit.

K3909
Tanja Tempel
Zierenberg
Elisabeth-Selbert-Schule, Zum Steinborn 1
Sa. 7.9. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 25.8.
16 €
+ Lebensmittelumlage

Kochen wie die Profis - „Leichte Küche"

Dass die Küche der Profis immer gehaltvoll und fett sein muss, ist ein Irrtum. Wir bereiten leckere Rezepte à la Wrener, Mälzer und Co. zu, die leicht, kalorienbewusst und raffiniert sind.

K3910
Eva-Maria Rötzer
Hofgeismar
Herwig-Blankertz-Schule, Magazinstr. 23
Mi. 6.3. / 19:00 - 22:00 / 2 Termine
Anmeldeschluss 27.2.
24 €
+ Lebensmittelumlage

Genuss im Glas

Tagesseminar

Aha-Effekt inklusive - mit wenig Aufwand kann man Gäste überraschen und beeindrucken. Durch Schichtung farblich verschiedener Zutaten im Glas wirken auch die simpelsten kleinen Gerichte originell und trendy. Viele Rezepte von Vorspeise bis Dessert sind gut vorzubereiten und perfekt für Gäste.
Bitte einige einfache Gläser mitbringen.

K3911
Edelgard Geitz
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Do. 16.5. / 17:30 - 20:30
Anmeldeschluss 6.5.
12 €
+ Lebensmittelumlage

Mann kann nicht kochen? Och doch!

Für Männer

Tagesseminar

Werden Sie Herr der Küche. Tipps und Tricks für die einfache, schnelle und vor allem leckere Küche.

K3913
Ali Moshiri
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Sa. 20.4. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 12.4.
24 €
+ Lebensmittelumlage

Internationale Küche

So is(s)t die Welt

Reisen Sie durch die Töpfe dieser Welt! Indischer Dhal, mexikanischer Burrito oder Szegediner Gulasch.....machen Sie kulinarische Station und entdecken Sie die landestypischen Besonderheiten. Den Reiseweg bestimmen Sie mit.

K3919
Thomas Gerecke
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Do. 14.2. / 18:00 - 21:00 / 4 Termine
40 €
+ Kosten für Lebensmittel an Kursleitung

Kulinarische Kreuzfahrt durch's Mittelmeer

Ob Tapas oder Antipasti, kräuterbetonte Gerichte, klassische saisonale Gemüsezubereitungen, bäuerliche Küche oder Exportschlager wie Ratatouille und Saltimbocca alla romana, Mousaka und Couscous: Gönnen Sie sich einen wohligen Vorgeschmack auf sonnigen Urlaub.

K3920
Thomas Gerecke
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Do. 16.5. / 18:00 - 21:00 / 6 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
60 €
+ Kosten für Lebensmittel an Kursleitung

Vegetarisch genießen

Würziges aus aller Welt

Es gibt viele gute Gründe, immer öfter kein Fleisch oder Fisch zu essen. Dazu gehören z.B. gesundheitliche Aspekte, ökologische Nachhaltigkeit oder Tier- bzw. Klimaschutz. Das heißt jedoch nicht, dass Sie auf genussvolle Speisen verzichten müssen. Im Gegenteil! Lernen Sie neue würzige Rezeptideen aus aller Welt kennen und genießen Sie die Köstlichkeiten.

K3921
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 29.5. / 18:00 - 21:30 / 2 Termine
Anmeldeschluss 21.5.
23,50 €
+ Lebensmittelumlage

Authentische italienische Küche - leicht und schmackhaft zubereitet

Tagesseminar

Wer kennt sie nicht, die „italienischen Gaumenfreuden"? Ob im Urlaub oder zu Hause, wir erkochen uns die authentische italienische Küche. Meisterkocherfahrung benötigen Sie nicht, aber die Freude mit Gleichgesinnten ein 4-Gang-Menü zu bereiten. Die Rezepte wiederholen sich zu den vorherigen Kursen nicht, sodass Sie auf eine abwechslungsreiche Rezeptauswahl zurück greifen können. Die Lebensmittel werden Jahreszeitlich eingesetzt und kommen aus Italien und der Region, italienischer Espresso und Mineralwasser sind in der Lebensmittelumlage von 12 € enthalten. Korrespondierende Weine können gegen ein separates Entgelt verkostet werden.

K3922
Annette Grigoleit
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Sa. 16.3. / 10:00 - 14:30
Anmeldeschluss 8.3.
30 €
+ Kopien 0,50 €

K3923
Annette Grigoleit
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Mi. 6.3. / 17:30 - 22:00
Mi. 20.3. / 17:30 - 22:00
2 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
54 €
+ Kopien 0,50 €

Authentische italienische Küche - leicht und schmackhaft zubereitet

Für Männer

Wir erkochen weiterhin die authentische italienische Küche. Die gemachten Erfahrungen können vertieft und erweitert werden und die Ergebnisse werden an den 4 Abenden in geselliger Runde genossen. Die Kursinhalte sind auf angehende und erfahrene Hobbyköche abgestimmt. Die Speisen werden vom Anti Pasto bis zum krönenden Dolce mit italienischen und regionalen Produkten von den Gruppen zubereitet. Die korrespondierenden Weine stehen zu jedem Gericht, gegen separates Entgelt, zur Verkostung bereit. Italienischer Espresso und Mineralwasser sind in der Lebensmittelumlage von 12 Euro pro Abend und Teilnehmer enthalten.

K3924
Annette Grigoleit
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Mi. 8.5. / 17:30 - 22:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 2.5.
108 €
+ Kopien 0,50 €

Französische Küche

Überbacken oder als gefüllte Varianten mit und ohne Fleisch. Ob als Quiche, Tarte, Gratin, Flan oder Tartelettes. Die französische Gemüseküche ist variantenreich und kann aus jedem Saisongemüse aromatische Leckerbissen zaubern. Die vorgestellten Gerichte von Vorspeisen bis Hauptgericht lassen sich einzeln zu einem Gläschen Wein genießen oder auch prima zu einem Menü zusammenstellen. Und dazu dürfen natürlich auch passende Desserts nicht fehlen!

K3925
Dörte Petersen, Gesundheits-/Ernährungsberaterin (TCM)
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 17.4. / 18:00 - 21:30 / 2 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
23,50 €
+ Lebensmittelumlage

Türkische Küche

Die türkische Kursleiterin bereitet mit Ihnen landestypische Vorspeisen und Hauptgerichte zu, die Ihnen einen Einblick in die türkische Esskultur gewähren.

K3926
Nuray Yildirim
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 13.3. / 18:00 - 21:30
Mi. 20.3. / 18:00 - 21:30
2 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
23,50 €
+ Lebensmittelumlage

Persisch Kochen

Tagesseminar

Die persische Küche gilt als die französische Küche des Orients. Sie ist weniger knoblauchorientiert als die türkische, nicht so scharf wie die indische und sie richtet sich bis heute nach den Lehren Zarathustras, der Speisen in „warme" und „kalte" einteilt. Ein Prinzip, das auch in asiatischen Kulturen zu finden ist.

K3927
Ali Moshiri
Wolfhagen-Gasterfeld
Berufliche Schulen, (ehem. Kasernengelände)
Sa. 2.3. / 10:00 - 16:00
Anmeldeschluss 18.2.
24 €
+ Lebensmittelumlage

Sushi

Sie lernen die Grundlagen der Sushi-Zubereitung kennen und erhalten Informationen über die Geschichte und Tradition dieser weltweit beliebten japanischen Speise.

K3929
Joong-Hee Kim
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Di. 16.4. / 18:00 - 21:00 / 2 Termine
Anmeldeschluss 5.4.
20 €
+ Kosten für Lebensmittel an Kursleitung

Weinkultur

Weine aus Kalabrien

Tagesseminar

Lernen Sie Kalabrien und seine Weine kennen! Lassen Sie sich durch eine erfahrene Weinkennerin mit kalabresischen Wurzeln in diese pittoreske, aber recht unbekannte Region Italiens mit ihrem urtümlichen Charme entführen. Zwischen dem Meer und dem Hochgebirge „La Sila", dort wo die Olivenhaine, Orangen- und Zitronenplantagen die Landschaft prägen, bringt die Erde autochthone Trauben hervor, deren Geschmack Sie entdecken.....und schätzen lernen werden.

K3960
Claudia-Charlotte Forciniti
Kassel
Weinzentrum, Oberzwehrener Str. 26
Sa. 9.3. / 16:00 - 20:00
Anmeldeschluss 26.2.
30 €
+ 20 € für kleinen Imbiss und Weine an Kursleiterin

Foto: Alexandra H./pixelio.de

Sprachen

Ansprechpartner/-innen

Englisch **Französisch** **Italienisch** **Spanisch** **Latein** **Arabisch** **Chinesisch** **Japanisch** **Neugriechisch** **Thailändisch** **Altgriechisch** **Hindi** **Hebräisch** **Punisch**	Jenny Giambalvo-Rode 1.8.2012 – 31.8.2013 Elternzeit Laura Prats de Wittig Tel. 0561-1003 1697 laura-prats-de-wittig@ landkreiskassel.de Karin Hunecke Tel. 0561-1003 1698 karin-hunecke@landkreiskassel.de
Finnisch **Dänisch** **Norwegisch** **Schwedisch** **Niederländisch** **Tschechisch** **Türkisch** **Polnisch** **Russisch** **Ungarisch** **Gebärdensprache** **Lese-Rechtschreib-schwäche**	Fritz Kahre Tel. 0561-1003 1694 fritz-kahre@landkreiskassel.de Kerstin Gück Tel. 0561-1003 2224 kerstin-gueck@landkreiskassel.de
Deutsch als Fremdsprache	Graziella Rode, Kassel Tel. 0561-989 2123 graziella-rode@landkreiskassel.de Helene Lohs Tel. 0561-1003 2122 helene-lohs@landkreiskassel.de
Teilnehmerbetreuung **Sprach-, Einstufungs- und Prüfungsberatung** **Bildungsurlaube** **Firmenkurse**	Fritz Kahre Tel. 0561-1003 1694 fritz-kahre@landkreiskassel.de Kerstin Gück Tel. 0561-1003 2224 kerstin-gueck@landkreiskassel.de

Sprachenberatung und Einstufungstests während des gesamten Semesters

Alle Sprachkurse der vhs Region Kassel werden auf Grundlage des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für das Sprachenlernen des Europarats (GER) angeboten und durchgeführt. Der Referenzrahmen definiert 6 Kompetenzniveaus, die auf „Kann"-Formulierungen beruhen, beschreibt also Ihr derzeitiges sprachliches Können und Ihre sprachliche Entwicklungsperspektive.
Anhand dieser Kann-Beschreibungen auf Seite 114 können Sie eine erste Selbsteinschätzung Ihrer Sprachkompetenzen vornehmen. Darüber hinaus beraten wir Sie persönlich und unterstützen Sie dabei, auch während des laufenden Semesters den für Sie passenden Kurs zu finden.
Unter vhs-region-kassel.de/Programm/Sprachentests stellen wir **Einstufungstests** zur Verfügung und beraten Sie anhand der Ergebnisse.

Beachten Sie auch unsere **Vortragsveranstaltungen** in den einzelnen Fremdsprachen.

Firmen, Institutionen und Einzelpersonen bieten wir über unseren speziellen Service **„Bildung auf Bestellung"** maßgeschneiderte Lernprogramme und Prüfungsvorbereitungen.

Für **Zertifikatsprüfungen, Seite 131/2** sind wir Ihre Ansprechpartner!

Der Gemeinsame europäische Referenzrahmen (GER)

vhs - Sprachkurse und unsere telc Prüfungen (www.telc.net) orientieren sich am Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen (GER).
Der GER ist eine Basis für die Entwicklung von Lehrplänen, Prüfungen, Lehrwerken usw. in ganz Europa. Er unterscheidet sechs Kompetenzstufen und beschreibt, was Lerner auf jeder Stufe ausdrücken und verstehen können. In allen vhs-Sprachkursen werden Lehrwerke genutzt, die nach dem GER gegliedert sind.
Der GER beschreibt sechs international vergleichbare Stufen, pro Niveaustufe wird der Besuch von 120 – 200 Unterrichtsstunden empfohlen:

A1 und A2: Elementare Sprachverwendung
B1 und B2: Selbständige Sprachverwendung
C1 und C2: Kompetente Sprachverwendung

Nach Abschluss dieser Stufen können Sie …

	HÖREN	LESEN	REDEN	SCHREIBEN
A1	Vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, wenn langsam und deutlich gesprochen wird.	Einzelnen Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern.	Sich in knappen Worten verständigen.	Kurze und einfache Texte schreiben
A2	Das Wesentliche in kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen verstehen.	Kurze einfache Texte lesen.	Sich mit einfachen Sätzen in Alltagssituationen verständigen.	Kurze, einfache Notizen schreiben.
B1	Verstehen der Hauptinformationen in den Themenbereichen Arbeit, Schule, Freizeit usw.	Texte verstehen, in denen Alltagssprache vorkommt.	An Gesprächen über Familie, Hobbys oder aktuelle Ereignisse teilnehmen.	Einfache, zusammenhängende Texte über vertraute Themen schreiben.
B2	Längeren Redebeiträgen und Fernsehsendungen folgen, wenn man mit dem Thema vertraut ist.	Artikel, Berichte und literarische Texte lesen.	Sich spontan und fließend verständigen.	Detaillierte Texte schreiben, z.B. Berichte, und darin einen Standpunkt argumentativ vertreten.
C1	Ohne Mühen längere Redebeiträge, Fernsehsendungen verstehen.	Lange, komplexe Sachtexte und literarische Texte verstehen.	Sich spontan, fließend, flexibel und präzise ausdrücken.	Sich klar und gut strukturiert über komplexe Sachverhalte ausdrücken und dabei den jeweils angemessenen Stil wählen.
C2	Ohne Schwierigkeiten gesprochene Sprache verstehen, auch wenn schnell gesprochen wird.	Alle Texte mühelos lesen.	Sich mühelos an allen Gesprächen beteiligen und umgangssprachliche Wendungen verstehen.	Anspruchsvolle, komplexe Texte verfassen und Fachtexte sowie literarische Werke zusammenfassen und besprechen.

Grundlage der Tabelle: www.telc.net

Sie können bei der vhs Region Kassel telc-Sprachprüfungen jeder Niveaustufe ablegen. Informationen über unser Prüfungsangebot in der Sprache Deutsch erhalten Sie ab Seite 139 und bei der Programmleiterin Graziella Rode. Gerne beraten wir Sie im Vorfeld zur Entscheidung des Niveaus Ihrer Prüfung und bieten Ihnen die Möglichkeit der gezielten Prüfungsvorbereitung.

Zentraler Prüfungstag ist Samstag, 29. Juni 2013.
Anmeldeschluss für alle Prüfungen (außer Deutsch) ist Montag, 20. Mai 2013.

Es besteht die Möglichkeit, Einzelprüfungen nach Vereinbarung zu beantragen. Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung einer Einzelprüfung mindestens vier Wochen vor dem Prüfungstag erfolgen muss.

Weitere Informationen finden Sie auch unter www.vhs-region-kassel.de oder www.telc.net.

Bildungsurlaub

Bei allen Bildungsurlauben ist eine schriftliche Anmeldung und Einstufungsberatung erforderlich.

Englisch von Anfang an A 1

Für Teilnehmende, die noch nie Englisch gelernt haben.

K4014
Natalie Führer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 1.4. - Fr. 5.4. / 5 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
180 €

L4014
Natalie Führer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 21.10. - Fr. 25.10. / 5 Termine
Anmeldeschluss 16.9.
180 €

Englisch Refresher A 1

Für Teilnehmende, die früher erworbende Englischkenntnisse von Anfang an auffrischen wollen.

K4015
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4. / 5 Termine
Anmeldeschluss 11.3.
180 €

L4015
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 23.9. - Fr. 27.9. / 5 Termine
Anmeldeschluss 20.8.
180 €

Forgotten but not lost - revive your English (Refresher A2)

Einmal Gelerntes geht nicht verloren, sondern ruht verschüttet unter zahllosen Daten, Fakten und Erinnerungen. Wir wollen diesen Wissensschatz ausgraben und wiederbeleben, etwaige Lücken schließen und neues Wissen erwerben.

K4017
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 13.5. - Fr. 17.5. / 5 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
180 €

L4017
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 7.10. - Fr. 11.10. / 5 Termine
Anmeldeschluss 26.8.
180 €

Business English A2 - B1

English Skills for job situations

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen mind. A2

K4019
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 8.4. - Fr. 12.4. / 5 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
180 €

L4019
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 28.10. - Fr. 1.11. / 5 Termine
Anmeldeschluss 16.9.
180 €

English Refresher B1

Auffrischung für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen.

K4020
Isolde Linton
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4. / 5 Termine
Anmeldeschluss 11.3.
180 €

L4020
Isolde Linton
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 7.10. - Fr. 11.10. / 5 Termine
Anmeldeschluss 26.8.
180 €

Englisch B1 - B2

Socializing, Small Talk and Customer Care

This course is directed at anyone who has to communicate and socialize with business partners and colleagues. It also addresses customer service professionals who need to effectively communicate with customers and clients in person, over the phone, or in writing.

K4021
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 24.6. - Fr. 28.6. / 5 Termine
Anmeldeschluss 13.5.
180 €

L4021
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 9.12. - Fr. 13.12. / 5 Termine
Anmeldeschluss 28.10.
180 €

Englisch B2

„More than just words ..."

English Language and Intercultural Competence Operating and getting involved internationally and meeting the challenges of the Global Village require not only good language skills but also intercultural competence. The vocationally related teaching of foreign languages should not disregard the cultural aspects, for language is more than the assembling of words into sentences. A large vocabulary and a good knowledge of grammar only form the basis. Understanding different mentalities, knowing idiomatic phrases and cultural characteristic are prerequisite for linguistic competence.

K4022
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 10.6. - Fr. 14.6. / 5 Termine
Anmeldeschluss 29.4.
180 €

L4022
Monika Idehen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 18.11. - Fr. 22.11. / 5 Termine
Anmeldeschluss 7.10.
180 €

Spanisch A1.1

Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

K4032
Joachim Maienborn
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4. / 5 Termine
Anmeldeschluss 11.3.
180 €

L4032
Joachim Maienborn
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 23.9. - Fr. 27.9. / 5 Termine
Anmeldeschluss 12.8.
180 €

Spanisch A1

Für Teilnehmer/-innen mit Grundkenntnissen

K4036
Joachim Maienborn
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 3.6. - Fr. 7.6. / 5 Termine
Anmeldeschluss 29.4.
180 €

L4036
Joachim Maienborn
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 4.11. - Fr. 8.11. / 5 Termine
Anmeldeschluss 23.9.
180 €

Russisch A1.1

Für Teilnehmer/-innen ohne Vorkenntnisse

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Die kyrillische Schrift müssen Sie noch nicht lesen können, diese wird im Laufe der Woche eingeführt.

K4038
Marina Jofe-Chulkov
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 8.7. - Fr. 12.7. / 5 Termine
Anmeldeschluss 27.5.
180 €

Foto: Makrodepecher/pielio.de

Englisch für den Beruf

Business English A1

„Business English for Beginners" richtet sich an Anfänger mit geringen Vorkenntnissen, die im Beruf mit Englisch zu tun haben. Wir erarbeiten systematisch und praxisnah Basiswissen und trainieren den aktiven Sprachgebrauch. Lehrbuch: Business English for Beginners 1, ab Lektion 1.

K4041
Ingrid Homolla
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Business English A1.2

Lehrbuch: Business English for Beginners 1, ab Lektion 4.

K4042
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Business English A2

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen. Business Communication.

K4044
Sarah Thelen
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Business English B1

Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen Business Communication

K4047
Sarah Thelen
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Business English B2

This course offers practice in reading, speaking and listening for general Business English.

K4048
Emma Runkel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Englisch für kaufmännische Berufe A2.1

Es werden Grundbegriffe des Business English und allgemeinsprachliche Grundkenntnisse vermittelt. Für Anfänger/-innen oder mit Vorkenntnissen, die beruflich in Englisch kommunizieren müssen und erworbene Kenntnisse unmittelbar praktisch anwenden wollen.

K4049
Emma Runkel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Englisch für Senioren

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Englisch für Senioren A1.1

Sterling Silver 1, ab Lektion 1.

K4050
Jeanette Bahnemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4051
English Network Now A1 Starter, ab Lektion 1.
Iris Thiele
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mi. 13.2. / 15:00 - 16:30 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

Englisch für Senioren A1.2

Sterling Silver, Band 1, ab Lektion 7/8.

K4053
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4054
Sterling Silver 1, ab Lektion 7.
Jeanette Bahnemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Fr. 15.2. / 15:15 - 16:45 / 15 Termine
75 €

K4055
English Network Now A1, ab Lektion 1.
Jeanette Bahnemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mo. 11.2. / 15:30 - 17:00 / 15 Termine
75 €

Gesprächskreis Englisch für Senioren A2

Aktuelle Themen und Lektüre.

K4056
Heike Neumann-Schreiber
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 108
Mi. 13.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

Englisch für Senioren A2.1

Sterling Silver Band 2, ab Lektion 1.

K4057
Renate Swoboda-Maurer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Di. 12.2. / 9:15 - 10:45 / 15 Termine
75 €

K4058
Key A2, ab Lektion 1.
Gloria Lal
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 101
Mi. 13.2. / 9:15 - 10:45 / 15 Termine
75 €

Englisch für Senioren A2.2

Sterling Silver 2, ab Lektion 7/8.

K4059
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mi. 13.2. / 10:45 - 12:15 / 15 Termine
75 €

Englisch für Senioren B1

Lehrmaterial wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4060
Heike Klöhn
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Do. 14.2. / 9:30 - 11:00 / 10 Termine
52 €

Englisch A1

Für Teilnehmende ohne jegliche Vorkenntnisse

Englisch lernen von Anfang an A1.1

Dieser Kurs ist für Lernende gedacht, deren Schulenglisch lange nicht mehr angewandt wurde oder die niemals Englisch gelernt haben -sprich für alle, die es nochmals wissen wollen. It's now or never!
Key A1 Starter, ab Lektion 1.

K4061
Gabriela Babel
Calden
Mittelpunktschule Wilhelmsthal, Weserstr. 9
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4062
English network Starter, ab Lektion 1.
Tatjana Apraksina
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4063
Key A1 Starter, ab Lektion 1.
Bohdan Witte
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
60 €

K4064
Englisch Network Now Starter 1, ab Lektion 1
Jeanette Bahnemann
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mi. 13.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

K4065
English Network Starter A1.
Emma Runkel
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 13.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

Englisch lernen von Anfang an A1.2

Key A1 Starter, ab Lektion 4.

K4066
Heinz-Jürgen Weber
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4067
English Network Starter, ab Lektion 5
Emma Runkel
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K4068
English Network Starter, ab Lektion 5.
Isolde Linton
Ahnatal-Heckershausen
Grundschule, An der Ahna 9
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

Kompaktkurs in den Sommerferien Refresher A1

Eine wunderschöne Gelegenheit, Ihre Englischkenntnisse aufzufrischen und zu festigen - abwechslungsreiches Lernen in entspannter Atmosphäre.

K4069
Christoph Heisig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 15.7. / 9:00 - 13:00 / 5 Termine
Anmeldeschluss 6.7.
78 €

Kompaktkurs in den Sommerferien Refresher A2

K4070
Christoph Heisig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 22.7. / 9:00 - 13:00 / 5 Termine
Anmeldeschluss 15.7.
78 €

Englisch A1.2

K4072
Key A1, ab Lektion 3/4.
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mo. 11.2. / 10:15 - 11:45 / 15 Termine
75 €

K4073
Key A1, ab Lektion 5.
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4077
Key A1, ab Lektion 6/7.
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4078
Key A1, ab Lektion 4.
Heinz-Jürgen Weber
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4079
Next A1
Marianne Hurst
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Di. 12.2. / 10:45 - 12:15 / 15 Termine
75 €

K4080
Key A1, ab Lektion 10.
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4081
English Network 1, ab Lektion 6.
Jeanette Bahnemann
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4082
Key, A1, ab Lektion 5
Emma Runkel
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

K4084
Key A1, ab Lektion 4/5.
Emma Runkel
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4085
Key A1, ab Lektion 9.
Jeanette Bahnemann
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Di. 12.2. / 17:15 - 18:45 / 15 Termine
75 €

K4086
Key A1, ab Lektion 10.
Heinz-Jürgen Weber
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

K4087
Key A1, ab Lektion 10.
Heinz-Jürgen Weber
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4088
Key A1, ab Lektion 10.
Renate Swoboda-Maurer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Englisch für den Urlaub A1.2

Für alle, die sich auf Reisen in typischen Situationen auf Englisch verständigen wollen.
English for tourists, ab Lektion 5.

K4090
Gloria Lal
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 101
Di. 12.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Englischkurse auf Sylt

Eine wunderschöne Gelegenheit, Ihre Englischkenntnisse aufzufrischen und zu verbessern. Abwechslungsreiches Lernen in gesunder Seeluft und Unternehmungen aller Art sind garantiert.
Für fortgeschrittene Anfänger (Ende A1 + A2)

Informationsabend am 16.1., 19:00, siehe K4071B

K4071
Christoph Heisig
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 24.2. / 9:00 - 16:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 17.1.
432 €
Leistungen: Ü/DZ , VP, Seminargebühr
Zusätzlich: EZ-Zuschlag 45 € + Reisekosten

K4071B
Christoph Heisig
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Mi. 16.1. / 19:00 - 20:30
gebührenfrei
Informationsabend am 09.10., 19:00, siehe L4099

L4098
Christoph Heisig
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 17.11. / 9:00 - 16:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 10.10.
432 €
Leistungen: Ü/DZ , VP, Seminargebühr
Zusätzlich: EZ-Zuschlag 45 €
+ Reisekosten

L4099
Christoph Heisig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mi. 9.10. / 19:00 - 20:30
gebührenfrei

Englisch A2

Englisch A2.1

K4102
English Network Now A2, ab Lektion 2.
Jeanette Bahnemann
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4103
Key A2, ab Lektion 5.
Christoph Heisig
Baunatal-Großenritte
Alte Schule, Grüner Weg 31a
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4104
English Network Now A2, ab Lektion 2.
Jeanette Bahnemann
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Fr. 15.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4106
Key A2, ab Lektion 4.
Christoph Heisig
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Mi. 13.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

Refresher A2

In angemessenem Tempo und mit Spaß wiederholt dieser Kurs Grundkenntnisse. Vielseitige und interessante Themen und das Erlernen von natürlicher Alltagssprache machen es Ihnen leicht, sich schnell und sicher in der englischen Sprache zurechtzufinden.
Key A2, ab Lektion 8/9.

K4107
Ingrid Homolla
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

English for advanced students A2

English Network 2, ab Lektion 6.

K4108
Gerhard Hartwig
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Do. 14.2. / 9:30 - 11:00 / 12 Termine
60 €

Basics in English A2

Entdecken und verbessern Sie Ihre Grundkenntnisse.
Lehrwerk wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4109
Iris Thiele
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Di. 12.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

K4110
Iris Thiele
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Raum 1.29
Di. 12.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Englisch A2.2

K4111
English Network 2, ab Lektion 6.
Gerhard Hartwig
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Do. 14.2. / 11:00 - 12:30 / 12 Termine
60 €

K4115
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Emma Runkel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4120
English Network Band 2, ab Lektion 6.
Christoph Heisig
Baunatal-Großenritte
Alte Schule, Grüner Weg 31a
Mo. 11.2. / 11:00 - 12:30 / 15 Termine
75 €

K4122
English Network Band 2, ab Lektion 6.
Christoph Heisig
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4124
Wir begleiten Katy und Sam auf ihren Reisen und trainieren vor allem das freie Sprechen in Urlaubssituationen. Nebenbei werden einige wichtige Grammatikkapitel wiederholt.
English Network Tourist , ab Lektion 4.
Jeanette Bahnemann
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4126
Network Tourist, ab Lektion 5.
Jeanette Bahnemann
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K4127
English Network Tourist, ab Lektion 5.
Christoph Heisig
Immenhausen
Aktions- und Kulturzentrum, Bernhardt-Vocke-Str. 1
Mi. 13.2. / 8:30 - 10:00 / 15 Termine
75 €

Englisch für die Reise A2

Wochenendseminar

Möchten Sie Ihre Englischkenntnisse auffrischen und sich gezielt auf eine Reise in ein englischsprachiges Land vorbereiten? Dieser Kurs bietet eine Basis für Reisende, die den touristischen Alltag selbstständig bewältigen möchten. In entspannter Atmosphäre lernen Sie die Vokabeln, Redewendungen sowie Grammatik in typischen Reisesituationen.

K4129
Natalie Führer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Fr. 15.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

English Refresher A2

Lehrmaterial wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4132
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Englisch für den Urlaub A2

English Network Tourist, ab Lektion 12.

K4135
Christoph Heisig
Lohfelden
Alte Schule, Ochshäuser Dorfstr. 20
Do. 14.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

Englisch A2.2

K4136
Englisch Network Basic Conversation, ab Lektion 10.
Bohdan Witte
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Do. 14.2. / 18:00 - 20:00 / 12 Termine
60 €

K4137
Wir begleiten Katy und Sam auf Ihren Reisen und trainieren vor allem das freie Sprechen in Urlaubssituationen. Nebenbei werden einige wichtige Grammatikkapitel wiedeholt. Network Tourist, ab Lektion 5.
Jeanette Bahnemann
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Di. 12.2. / 18:45 - 20:15 / 15 Termine
75 €

K4138
English Network Tourist, ab Lektion 2.
Christoph Heisig
Lohfelden
Alte Schule, Ochshäuser Dorfstr. 20
Do. 14.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

K4140
Compass A2, ab Lektion 15.
Nilda Daniel-Christ
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4146
English Network Basic Conversation, ab Lektion 11.
Christoph Heisig
Lohfelden
Alte Schule, Ochshäuser Dorfstr. 20
Di. 12.2. / 17:45 - 19:15 / 15 Termine
75 €

K4148
English Network Basic Conversation, ab Lektion 10.
Christoph Heisig
Vellmar
Nordstr. 62
Di. 12.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

K4152
English Network Connection, ab Lektion 6 and the English newspaper „Read On".
Claire Klose
Grebenstein
Kulturwerkstatt, Hochzeitsberg 2
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 12 Termine
60 €

K4155
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Natalie Führer
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4156
English netwok plus, ab Lektion 1.
Tatjana Apraksina
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Englisch entspannt A2

In diesem Kurs werden Englischkenntnisse mit Schwerpunkt Konversation, aber auch Basisgrammatik und Lese/Rechtschreibevermögen in entspannter Atmosphäre trainiert.
Englisch network basic conversation, ab Lektion 5.

K4157
Gabriela Babel
Calden
Mittelpunktschule Wilhelmsthal, Weserstr. 9
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

English relaxed A2

In diesem Kurs werden Englischkenntnisse mit Schwerpunkt Konversation, aber auch Basisgrammatik und Lese/Rechtschreibevermögen in entspannter Atmosphäre trainiert.
Englisch network basic conversation, ab Lektion 4.

K4158
Gabriela Babel
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113 €, für 8 Teilnehmende 85 €.

Kompaktkurs am Samstagvormittag A2

Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4159
Nilda Daniel-Christ
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 16.2. / 9:45 - 12:45 / 10 Termine
115 €

Talking English A2

In entspannter Atmosphäre trainieren wir vor allem das freie Sprechen und frischen dabei gleichzeitig unsere Wortschatz- und Grammatikkenntnisse auf. So gewinnen wir Sicherheit im Smalltalk und in typischen Urlaubssituationen.
In Verbindung mit Kurs K4161 auch für Schichtarbeitende geeignet.

K4160
Jeanette Bahnemann
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K4161
In Verbindung mit Kurs K4160 auch für Schichtarbeitende geeignet.
Jeanette Bahnemann
Vellmar
Nordstr. 62
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4162
In Verbindung mit Kurs K4163 auch für Schichtarbeitende geeignet.
Jeanette Bahnemann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4163
In Verbindung mit Kurs K4162 auch für Schichtarbeitende geeignet.
Jeanette Bahnemann
Kaufungen-Oberkaufungen
Begegnungsstätte, Theodor-Heuss-Str. 15
Mo. 11.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Englisch B1

English Easy and Enjoyable B1

Klassische und moderne Geschichten, nacherzählt in einfacher Sprache, werden gelesen und besprochen.

K4165
Emma Runkel
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Englisch B1

English Network Plus, ab Lektion 5.

K4166
Susan Freitag
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mo. 11.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K4167
English Network Connection, ab Lektion 11.
Christoph Heisig
Lohfelden
Alte Schule, Ochshäuser Dorfstr. 20
Di. 12.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
75 €

K4168
Englisch Network Plus, ab Lektion 5.
Christoph Heisig
Vellmar
Nordstr. 62
Mi. 13.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

K4169
This course is designed for students who want to brush up their advanced English skills by speaking, reading and listening in a relaxed and friendly atmosphere. Various materials are used.
English Network Connection A1/A2/B1
Gabriela Babel
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mo. 11.2. / 11:15 - 12:45 / 15 Termine
75 €

Englisch mit Spaß B1

In entspannter Atmosphäre frischen wir längst Vergessenes wieder auf und lernen Neues dazu. Der Kurs eignet sich auch gut für Quereinsteiger. Next B1.

K4171
Marianne Hurst
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Di. 12.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

Brush up your English B1

This course is designed to help you improve your speaking and listening skills for social and work - related purposes.
Network Plus, ab Lektion 5.

K4172
Zenon Fingerling
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Haben Sie den passenden Kurs nicht gefunden? Wenden Sie sich an uns. Wir richten Kurse nach Ihrem Interesse und Bedarf ein.
Information unter: 0561 1003 1694.

Englisch am Samstagvormitag B1

Schwerpunkt: Auffrischung und Vertiefung von Grammatik und Wortschatz, Konversation (freie Rede). Eine Gruppengröße von 8 bis maximal 12 Personen garantiert effektives Lernen. Auf Wunsch kann der Kurs verlängert werden.
English Network Plus, ab Lektion 8.

K4173
Zenon Fingerling
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 16.2. / 10:00 - 13:00 / 7 Termine
85 €

Refresher B1

Für Teilnehmende, die ihr Schulenglisch in entspannter Atmosphäre auffrischen wollen. Wir erarbeiten uns eine kleine Lektüre, unterhalten und über interessante alltägliche Dinge, erarbeiten spielerisch grammatische Strukturen sowie Wortschatz.
Next B1.

K4175
Marianne Hurst
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Climbing Higher B1

In this course, you can practice your speaking skills by discussing a variety of topics in class. You will also be able to work on problem areas in grammar and vocabulary.

K4184
Paul Heinemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4185
Paul Heinemann
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

English Conversation B1

Enhance your vocabulary through reading and talking about newspaper articles.
Kleingruppe.

K4187
Gabriele Goebel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mi. 20.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
113 €

English Conversation B1

A current issue of the „Spotlight" language magazine as a basis for discussion.

K4188
Gabriele Goebel
Vellmar, Niedervellmar, ev. Adventskirche, Kirchweg 24
Di. 19.2. / 9:15 - 10:45 / 15 Termine
75 €

Foto: Bildpixel/pielio.de

Englisch lernen leicht und locker! B1

English Network 3, ab Lektion 4.

K4192
Zenon Fingerling
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

Hello everyone, nice to see you! B1

Come, take part in discussions on spotlight articles and other texts on your choice. We practice some grammatical aspects, enjoy a film or do some writing, whenever wished so.

K4194
Iris Thiele
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Di. 12.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
75 €

Englisch zum Auffrischen B1

Sie erhoffen sich von Ihrem Englischkurs spürbare Lernfortschritte? Sie möchten Ihr Lerntempo mitbestimmen und mit Freude am Unterricht teilnehmen? Dieser Kurs bietet Ihnen unterhaltsame Themen und vielfältige Übungen, die für erfrischende Abwechselung sorgen und zur entspannten Lernatmosphäre beitragen.
Key B1, ab Lektion 7/8.

K4195
Natalie Führer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

English Conversation B1

We read and discuss short stories or „Spotlight" articles, practice conversation and do a bit of grammar.

K4196
Claire Klose
Espenau-Hohenkirchen, Haus Siebert , Diemelweg 25
Do. 14.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4197
If you want to have fun with nice people, come join us! The course will help you play an active part in all kinds of conversation. We talk about interesting topics but at the same time prepare for the European Language Certificate (TELC). That means we focus mainly on listening and speaking, add some reading and writing, and do grammar when we feel the need to do so.
English Network Conversation, ab Lektion 1.
Gertrud Bachmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mo. 18.3. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
60 €

K4198
Gertrud Bachmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Mi. 20.3. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
60 €

Englisch B2

Englisch an 3 Wochenenden B2

Wochenendseminar

If you're interested in improving your spoken English skills, come to this course and have fun, too! We'll use various types of conversation activities, as well as reading and discussing articles of current interest.
Eine Gruppengröße von 8-12 Personen garantiert effektives Lernen.

K4200
Cynthia Grant
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 13.4. / 15:00 - 18:00
So. 14.4. / 10:30 - 12:45
Sa. 20.4. / 15:00 - 18:00
So. 21.4. / 10:30 - 12:45
Sa. 27.4. / 15:00 - 18:00
So. 28.4. / 10:30 - 12:45
6 Termine
68 €

This week in America B2

Improve your ability to communicate in English through discussion of up-to-the-minute topics such a current affairs, politics, entertainment, art, music, and sport. Course material will be provided.

K4201
Cynthia Grant
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Let's start talking B2

A fairly easy conversation course for those who would like to start talking freely and to attain a reasonable level of spoken English for communicating with foreigners, for travelling or just for fun. Unterrichtsmaterialien werden von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

K4205
Helga Joshi
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4206
Alfred Rehberg
Niestetal-Sandershausen
Grundschule, Mühlenweg 14-16
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Bringing your English up to date B2

We read articles, stories and other material of interest, practice everyday conversation and improve our speaking and listening skills.

K4208
Sarah Thelen
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

English Workshop B2

We practise conversation, some grammar, read a book and watch a film.

K4209
Isolde Linton
Ahnatal-Heckershausen
Grundschule, An der Ahna 9
Mo. 11.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

English Conversation B2

Come talk with us about interesting topics! We focus mainly on listening and speaking, add some reading and writing, and do grammar when we feel the need to do so.
The two main objectives of the course are to
- help you play an active part in all kinds of conversation.
- help you with a very goal oriented preparation for the European Language Certificate (TELC).

K4210
Wolfgang Bachmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Mo. 18.3. / 20:00 - 21:30 / 12 Termine
60 €

Englisch B2

We focus on conversation, discussion, travel reports and communication games. Your interests and suggestions complement the topics/text and audio material, provided by the teacher. Grammar? As much as you need. Newcomers welcome.

K4211
Helmut Eberhardt
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Di. 12.2. / 9:00 - 10:30 / 12 Termine
60 €

K4212
We are going to practise talking about all kinds of topics, in the first place, but listening, reading, writing, and grammar activities will get a fair share.
Dagmar Jörg
Fuldabrück-Bergshausen
Grundschule, Am Lindenplatz, Kasseler Str. 10
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4213
Conversation course: there is a wide variety of topics to talk about.
Lehrbuch: In Convesation II.
Dagmar Jörg
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Sinn fürs Abenteuer
Hapag-Lloyd Kreuzfahrten
MS BREMEN
Begeben Sie sich auf Reisen fernab der Zivilisation mit MS BREMEN, dem 4-Sterne Komfort-Expeditionsschiff in sportlich-legerem, persönlichen Stil. Geringer Tiefgang und enorme Wendigkeit garantieren Naturerlebnisse hautnah.
Expedition Antarktis
Entdeckungen eines Kontinents der Extreme – begegnen Sie einer unbeschreiblichen Artenvielfalt und lassen Sie sich inspirieren von majestätischer Schönheit unberührter Landschaften.
Antarktis
Von Ushuaia nach Ushuaia
07.01.2014 - 29.01.2014
22 Tage
pro Person ab € 10.990
inkl. Flüge ab/bis Deutschland sowie Kerosin und Treibstoffzuschlag
TUI ReiseCenter

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

English Conversation B2

Talking about topics oy your interest in a small group.
Kleingruppe.

K4214
Gabriele Goebel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Do. 21.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
113 €

Cambridge First Certificate in English B2

This course is designed to help students prepare for the Cambridge First Certificate in English but should also appeal to learners who simply wish to begin expanding their knowledge of English beyond the intermediate level. .

K4216
Paul Heinemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

That's right, isn't it? B2 / C1

English for your holiday, your free time, your job. New students are welcome.

K4219
Monica Thon-Schagen
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 12 Termine
60 €

Englisch C1

Getting ahead in English C1

This course is for you, if you wish to take the chance to use and improve your spoken English and make it smooth and creamy, extend your vocabulary and brush up your grammar as necessary. A mixture of texts and activities will be used to keep things interesting.

K4220
Dr. Eva-Maria Schulz-Jander
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 12 Termine
60 €

Enjoying English by learning about the English-speaking World and getting ahead in English C1.

Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4222
Dr. Eva-Maria Schulz-Jander
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Do. 14.2. / 9:00 - 10:30 / 12 Termine
60 €

Enjoying English C1.

In this course you can brush up your English in a relaxed and friendly atmosphere. A variety of texts will give your the opportunity to explore a broad range of subjects and help develop your independent use of English.

K4223
Dr. Eva-Maria Schulz-Jander
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Do. 14.2. / 10:45 - 12:15 / 12 Termine
60 €

More Fluency C1

This course is designed to give you the chance to participate in conversations and discussions about topics according to your interests. So join us and practise talking English for your next vacation, with your English speaking friends or just for the fun of it. Start talking to a group of nice people.

K4225
Helga Joshi
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Cambridge Certificate in Advanced English C1

This course is designed to help students prepare for the Cambridge Certificate in Advanced English but should also appeal to learners who simply wish to maintain and improve their command of English at an advanced level.

K4228
Paul Heinemann
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Englisch C2

Cambridge Certificate of Proficiency in English C2

This course is designed to help students prepare for the highest level offered in the set of Cambridge English Examinations but should also appeal to other advanced-level learners of English who wish to take an additional step towards achieving near-native proficiency.

K4230
Paul Heinemann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Französisch

Französisch A1

Sprachwochenende Französisch

Erleben und erlernen Sie die französische Sprache intensiv am Wochenende. Sie haben die Möglichkeit, über das Jahr verteilt Ihre Französischkenntnisse in verschiedenen Niveaustufen zu erweitern. Die Unterrichtsmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten. Unsere Programmleitung bietet Ihnen eine kostenfreie Sprachberatung an. Ein Quereinstieg in die Wochenkurse ist jederzeit möglich.

Französisches Wochenende A1.3

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen.

K4301
Catherine Descarpentris
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Fr. 8.3. / 17:30 - 20:00
Sa. 9.3. / 10:00 - 17:00
So. 10.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 28.2.
64 €

Französisches Wochenende A2.1

Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen.

K4302
Catherine Descarpentris
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Fr. 12.4. / 17:30 - 20:00
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
So. 14.4. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 4.4.
64 €

Französisch für die Reise A1.1

Sie planen eine Reise in ein französischsprachiges Land und haben bereits Grundkenntnisse? Dann ist dieser Kurs für Sie genau richtig. Die Kursleiterin wird Ihnen viele Redewendungen und Vokabeln vermitteln, die Sie benötigen, um Alltagssituationen im Urlaub selbstständig bewältigen zu können. Bon voyage!

K4306
Simonetta Arico Frare
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 9.5. / 18:00 - 20:15 / 4 Termine
Anmeldeschluss 25.4.
39,50 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113 €, für 8 Teilnehmende 85 €.

Foto: Thomas Kirchhoff/pielio.de

Französisch A1

Französisch A1.1

K4312
Pespectives 1, ab Lektion 1.
Catherine Descarpentris
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4313
Pespectives 1, ab Lektion 1.
Annette Steinbach
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4314
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Sylvie Liotard
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Mo. 11.2. / 17:15 - 18:45 / 15 Termine
75 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113,00€, für 8 Teilnehmende 85€.

Haben Sie den passenden Kurs nicht gefunden? Wenden Sie sich an uns. Wir richten Kurse nach Ihrem Interesse und Bedarf ein.
Information unter: 0561 1003 1694.

Französisch am Samstagvormittag A1.2

Perspectives 1, ab Lektion 5/6.

K4316
Simonetta Arico Frare
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 23.2. / 10:00 - 13:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
113 €

Französisch für Wiedereinsteiger A1.2

Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die nach einer Pause Ihr Französisch wieder auffrischen wollen oder Ihre Kenntnisse festigen möchten. Wortschatz, Redemittel und Grammatikkenntnisse werden in lockerer Lernatmosphäre reaktiviert. Zusätzlich wird mit aktuellen Zeitschriftenartikeln gearbeitet. Lehrwerk: Préférences ab Lektion 6, Klett Verlag.

K4318
Ingrid Homolla
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Französisch A1.2

K4325
Facettes 1, ab Lektion 4.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4326
Perspectives 1, ab Lektion 8/9.
Catherine Descarpentris
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
85 €

K4327
Perspectives 1, ab Lektion 3/4.
Catherine Descarpentris
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Mi. 20.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4328
Facettes Aktuell 1, ab Lektion 4.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4330
Perspectives 1,ab Lektion 11.
Catherine Descarpentris
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Französisch A2

Französisch A2.1

K4333
Perspectives 2, ab Lektion 1.
Catherine Descarpentris
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4334
Facettes Aktuell 2, ab Lektion 2.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar, Helfensteinschule
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4335
Perspectives A2, Lektion 3/4.
Kornelia Söder
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Französisch A2.2

K4337
Couleurs de France 2 neu, ab Lektion 7/8.
Julie Bastien
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4338
Couleurs de France 2 neu, ab Lektion 7/8.
Julie Bastien
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4340
Lecture et grammaire.
Isabelle Lubrina-Stüssel
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4341
Perspectives 2, ab Lektion 5/6.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4342
Couleurs de France 2, ab Lektion 6 + spannende Lektüre.
Kleingruppe
Marie-José Schumann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Mo. 28.1. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
113 €

K4344
Facettes 2, ab Lektion 10.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

K4347
Verständigung in Alltagssituationen, Festigung der französische Grammatik und leichte Lektüre.
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 12.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4353
Facettes aktuell 2, ab Lektion 7/8.
Catherine Descarpentris
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Cours de conversation A2/B1

Konversationskurs, motiviert zum lebhaften Gebrauch der französichen Sprache, hilft vorhandene sprachliche Kenntnisse zu vertiefen und zu erweitern. Geeignet auch für Wiedereinsteiger mit guten Französischkenntnissen.

K4355
Sylvie Liotard
Grebenstein
Kulturwerkstatt, Hochzeitsberg 2
Di. 12.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

Französisch B1

Französisch am Samstagvormittag B1

Dans ce cours nous lison des textes variès, discutons de thèmes actuels et révision la grammaire selon les besoins.

K4357
Simonetta Arico Frare
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 18.5. / 10:00 - 13:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
85 €

Französisch B1

Couleurs de France 3 neu, ab Lektion 1 + spannende Lektüre.
Kleingruppe.

K4358
Marie-José Schumann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Mo. 28.1. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
113 €

K4359
Couleurs de France 3, ab Lektion 4.
Viviane Younès
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mo. 11.2. / 16:15 - 17:45 / 15 Termine
75 €

K4360
Lecture, révisions grammaticales et conversation.
Isabelle Lubrina-Stüssel
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4365
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Annette Steinbach
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4367
Lecture d'un roman facile et perfectionnement de points grammaticaux à l'aide variés.
Françoise Mahlmann
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 9:15 - 10:45 / 15 Termine
75 €

K4369
Festigung wichtiger grammatischer Strukturen, Lektüre, Konversation.
Françoise Mahlmann
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 17:15 - 18:45 / 15 Termine
75 €

K4370
Nous travaillons avec le magazine „Ecoute", révisons la grammaire et discutons de thèmes variés.
Françoise Mahlmann
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 11:00 - 12:30 / 15 Termine
75 €

Französisch B2

La vie quotidienne française B2

Eine erlernte Sprache vergisst man nicht. Man muss nur wissen, wie man sie belebt. Das zu tun, wird uns mit Hilfe interessanter leichter Lektüre und nützlicher Konversation gelingen. Kleingruppe.

K4375
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
113 €

Parlons de thèmes actuels B2

Nous vous proposons de rafraîchir vos connaissances grâce à des révisions grammaticales, des textes variés et des discussions de thèmes actuels.

K4376
Françoise Mahlmann
Fuldatal-Ihringshausen
Gesamtschule, Weserstr. 38
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Pratiquez avec plaisir B2

Dans votre vie quotidienne vous n'avez pas l'occasion d'utiliser vos connaissances du français. Dans ce cours nous lisons et parlons sur différents thèmes, pratiquons le vocabulaire et la grammaire dans une ambiance détendue.

K4380
Viviane Younès
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen bis max. 7 Teilnehmende beträgt 113,00€, für 8 Teilnehmende 85,00€.

Rencontre et discussions B2

Au cours de ce semestre, nous parlerons des thèmes proposés par la lecture d'un roman contemporain, de nos expériences et nous ferons une petite révision grammaticale.

K4381
Françoise Meyer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Französisch C1

Lecture et conversation C1

Notre base de travail est le magazine „Ecoute". Ensemble nous discuterons sur des articles choisis, sans oublier les points de grammaire rencontrés au fil de la lecture.

K4382
Volker Borbein
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 20.2. / 9:00 - 10:30 / 15 Termine
75 €

Rencontre et conversation C1

La lecture d'un roman contemporain choisi au début du semestre sera la base de nos entretiens. Pour le perfectionnement grammatical, des exercices de tous genres vous seront proposés.

K4390
Françoise Meyer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

**Haben Sie den passenden Kurs nicht gefunden? Wenden Sie sich an uns. Wir richten Kurse nach Ihrem Interesse und Bedarf ein.
Information unter: 0561 1003 1694.**

Rencontre et débats C1

Dans une ambiance détendue nous vous proposons de parcourir un roman contemporain choisi en début de semestre et d'en discuter les thèmes principaux. La conversation courante sera renforcée par la révision et l'emploi de points grammaticaux délicats.

K4392
Françoise Meyer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 10:30 - 12:00 / 15 Termine
75 €

Cours de conversation C1

K4394
Joselyne Torrent-Althans
Kaufungen-Oberkaufungen
Ernst-Abbe-Schule, Schulstr.24
Mo. 18.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
85 €

Italienisch

Italienisch A1

Sprachwochenende Italienisch

Erleben und erlernen Sie die italienische Sprache intensiv am Wochenende. Sie haben die Möglichkeit, über das Jahr verteilt Ihre Italienischkenntnisse in verschiedenen Niveaustufen zu erweitern. Die Unterrichtsmaterialien sind in der Kursgebühr enthalten. Unsere Programmbereichsleitung bietet Ihnen eine kostenfreie Sprachberatung an. Ein Quereinstieg in die Wochenkurse ist jederzeit möglich.

Italienisch am Wochenende A1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

K4401
Silvia Breul
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Sa. 9.3. / 10:00 - 16:30
So. 10.3. / 10:00 - 16:30
Sa. 16.3. / 10:00 - 16:30
So. 17.3. / 10:00 - 16:30
4 Termine
Anmeldeschluss 9.4.
85 €

Italienisch A1.1

K4407
Insieme A1, ab Lektion 1.
Marzia Bogino
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Di. 12.2. / 11:45 - 13:15 / 15 Termine
75 €

Italienisch lernen mit Genuss im Convento A1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Kennen Sie das „Convento" in Kassel? Wenn nicht, dann sollten Sie es unbedingt kennenlernen! Wir bieten Ihnen im einzigartigen Ambiente der alten Garnisonskirche einen Italienischkurs der besonderen Art, der köstliche italienische Spezialitäten und Lernen in gemütlicher Atmosphäre miteinander verbindet. Wir versprechen Ihnen ein unvergessliches Wochenende, das Sie sprachlich und auch kulinarisch für einige Stunden in das schöne Italien versetzen wird!

K4417
Claudia Panetta-Möller
Kassel
Il Convento
Fr. 15.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 16.3. / 10:00 - 13:00
So. 17.3. / 10:00 - 13:00
3 Termine
Anmeldeschluss 10.3.
99 €
In dem italienischen Schlemmerwochenende sind enthalten:
- 11 Unterrichtseinheiten Italienisch
- Unterrichtsmaterialien
- Antipasti und 0,2l Wein (Eröffnungsabend)
- Wunderbare Pastavariation am Samstagmittag (ohne Getränke)
- 3-Gang-Menü am Sonntagmittag (ohne Getränke)
- Samstag und Sonntag starten wir mit einer Tasse Kaffee oder Tee

Freitag: 18:00 - 20:15 Uhr
Einführung in die italienische Sprache bei einem Gläschen Wein und leckeren Antipasti.
Samstag: 10:00 - 13:00 Uhr
Vertiefung der bereits erworbenen Sprachkenntnisse sowie eine „Reise durch die italienischen Regionen". Abgeschlossen wird dieser Morgen mit einer Pasta Spezialität.
Sonntag: 10.00 - 13.00 Uhr
Zum Abschluss unseres italienischen Wochenendes gibt es noch etwas Landeskunde. Sie erhalten wichtige Tipps zum Thema Sitten und Bräuche. Nach dem Unterricht zaubert Ihnen die Küche ein wunderbares 3-Gang-Menü.

Das Essen findet im Anschluss an den Unterricht statt. Die genannten Uhrzeiten beziehen sich auf die Unterrichtszeit.

Italienisch lernen mit Genuss im Convento A2

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

K4418
Claudia Panetta-Möller
Kassel
Il Convento
Fr. 24.5. / 18:00 - 20:15
Sa. 25.5. / 10:00 - 13:00
So. 26.5. / 10:00 - 13:00
3 Termine
Anmeldeschluss 19.4.
99 €

K4410
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Giuseppe Dennis Messina
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4412
Espresso A1, ab Lektion 1.
Anna-Maria Lo Voi
Niestetal-Sandershausen
Grundschule, Mühlenweg 14-16
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4414
Espresso A1, ab Lektion 1.
Anna-Maria Lo Voi
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 11.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

K4415
Chiaro A1, ab Lektion 1.
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Italienisch A1.2

Chiaro A1, ab Lektion 4.

K4425
Vanda Mancinelli-Höhne
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Mi. 13.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4426
Stella Valentini
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Anmeldung über: www.vhs-region-kassel.de

Italienisch Intensiv A1.2

Chiaro A1, ab Lektion 5.
Kleingruppe.

K4427
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
113 €

Italienisch A1.2

K4428
Insieme 1, ab Lektion 4.
Marzia Bogino
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4430
Espresso 1, ab Lektion 3/4.
Johanna Heil
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 11.2. / 15:00 - 16:30 / 15 Termine
75 €

K4433
Insieme 1, ab Lektion 8.
Giuseppe Dennis Messina
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Fr. 15.2. / 15:00 - 17:15 / 10 Termine
75 €

K4435
Lehrwerk: Espresso 1, ab Lektion 7.
Andrea Mai
Kaufungen-Oberkaufungen
Gesamtschule, Friedrich-Ebert-Str.
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K4436
Insieme 1, ab Lektion 7/8.
Anna Reinhardt Gambini
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mi. 20.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

K4442
In einem gemütlichen Lerntempo werden die Grundlagen der italienischen Sprache vermittelt. Es wird großen Wert auf die Aufwendung der Sprache im Unterricht gelegt.
Espresso 1, ab Lektion 9/10.
Stella Valentini
Ahnatal-Heckershausen
Grundschule, An der Ahna 9
Do. 14.2. / 18:00 - 19:15 / 15 Termine
75 €

Italienisch A2

Italienisch Intensiv A2

Insieme A2, ab Lektion 1.
Kleingruppe.

K4443
Melanie Brück
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
113 €

Foto: Andreas Dengs/pielio.de

Italienisch A2

K4444
Espresso 2, ab Lektion 2.
Cristina De Vettori-Glatzel
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Mi. 13.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

K4446
Espresso 2, ab Lektion 1.
Johanna Heil
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4448
Espresso 2, ab Lektion 4/5.
Stella Valentini
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 11.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K4450
Chiaro A2, ab Lektion 3/4.
Marco Giambalvo
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 12.2. / 18:45 - 20:15 / 10 Termine
52 €

K4465
Espresso 2, ab Lektion 9/10.
Stella Valentini
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4466
Schwerpunkt ist die Anwendung der Sprache.
Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.
Cristina De Vettori-Glatzel
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Di. 12.2. / 19:00 - 20:30 / 15 Termine
75 €

K4469
Espresso 2, ab Lektion 8.
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4470
Chiaro A2, ab Lektion 2.
Claudia Panetta-Möller
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
85 €

Italienisch B1

Italienisch zum Auffrischen B1

Im Alltag kommen wir nicht oft genug dazu, Italienisch anzuwenden. In diesem Kurs werden wir miteinander reden, Wortschatz und Gammatikkenntnisse festigen und erweitern. Lehrbuch wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4472
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Italienisch B1

K4473
Linea diretta 2, ab Lektion 14.
Silvio Sciolti
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4474
Chiaro 3, ab Lektion 1.
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
113 €

K4476
Espresso 3, ab Lektion 7/8.
Stella Valentini
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4478
Chiaro B1, ab Lektion 1.
Anna-Maria Lo Voi
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mo. 11.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
60 €

K4479
Linea diretta 2, ab Lektion 14.
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4482
Linea diretta 2, ab Lektion 15.
Simonetta Arico Frare
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Non solo Espresso B1

In questo corso lavoreremo principalmente con il libro die testo Espresso 3, ma faremo dei ripassi su temi grammaticali trattati nei libri precedenti. Inoltre faremo delle discussioni guidate su temi che saranno proposti dai partecipanti, cioé da voi stessi. A turno ognidue settimane ci prepareremo a casa sul tema leggendo un testo proposto da quello di voi che è di turno e lo discuteremo poi in classe. Espresso 3, ab Lektion 9/10.

K4483
Stella Valentini
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Corso di conversazione B1

Se avete conoscenze buone dell'italiano e volete rimanere in „allenamento", avrete la possibilità in questo corso di trattare argomenti di attualità, del costume e della società italiana e avvicinarvi alla letteratura italiana. Verranno inoltre anche approfonditi temi grammaticali di particolare difficoltà.

K4484
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Italienisch B2

L' italiano da scrivere B2

Saper scrivere in italiano per comunicare, raccontare, recensire.

K4485
Vanda Mancinelli-Höhne
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
113 €

Corso di conversazione B2

In questo corso leggiamo un libro a scelta dei partecipanti e conversiamo liberamente.

K4487
Cristina De Vettori-Glatzel
Vellmar-Niedervellmar
Grundschule, Jahnstr. 13
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 10 Termine
45 €

Corso avanzato di lingua italiana

Le arti visive nella storia della cultura italiana. Kleingruppe.

K4488
Vanda Mancinelli-Höhne
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
113 €

Italienisch C1

Italia ieri, oggi e domani C1

In questo semestre tratteremo temi culturali e storici, leggeremo articoli di giornali e brevi pagine di letteratura, ascolteremo musica e vedremo qualche breve film. Dove è necessario approfondiremo la conoscenza e l'uso della grammatica.

K4490
Silvio Sciolti
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Conversiamo in italiano! C1

Il nostro corso si basa su due punti principali: la conversazione e l ascolto della lingua italiana. Prendendo spunti da articoli sulla rivista „ADESSO" discuteremo su temi culturali e sociali. Renderemo la vostra lingua parlata piú fluida e scorrevole e la comprensione auditiva piú sicura.

K4491
Marzia Bogino
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Spanisch

Spanisch mit Moodle A1.1

Spanisch lernen braucht Zeit, daher wird der Präsenzunterricht mit einem Online-Kurs begleitet und ausgebaut. Wir üben Spanisch schreiben, lesen und im spanischem Internet navigieren. Spanische Kultur kommt auch nicht zu kurz: Interessante Videos werden angeboten und besprochen. Lehrwerk: Con gusto A1.
Beachten Sie bitte unsere kostenlosen Informationsschulungen zur Lernplattform Moodle, siehe K5196 - K5198

K4500
Idaniurka Tamayo Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Di. 26.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 18.2.
75 €

Spanisches Wochenende A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse. Das Lehrwerk ist in den Kursgebühren enthalten.

K4502
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Fr. 8.3. / 17:30 - 20:00
Sa. 9.3. / 10:00 - 17:00
So. 10.3. / 10:00 - 17:00
3 Termine
Anmeldeschluss 28.2.
64 €

Spanisches Wochenende A1.2

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Das Lehrwerk ist in den Kursgebühren enthalten.

K4503
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Fr. 15.3. / 17:30 - 20:00
Sa. 16.3. / 10:00 - 17:00
So. 17.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 7.3.
64 €

Spanisches Wochenende A1.3

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Das Kursbuch ist in den Kursgebühren enthalten.

K4504
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Fr. 12.4. / 17:30 - 20:00
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
So. 14.4. / 10:00 - 17:00
3 Termine
Anmeldeschluss 4.4.
64 €

Spanisches Wochenende A2.1

Con Gusto A2, ab Lektion 1.

K4505
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Fr. 19.4. / 18:00 - 20:15
Sa. 20.4. / 10:00 - 15:00
So. 21.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 11.4.
49 €

Spanisches Wochenende A2.2

Con Gusto A2, ab Lektion 3.

K4506
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Fr. 26.4. / 18:00 - 20:15
Sa. 27.4. / 10:00 - 15:00
So. 28.4. / 10:00 - 15:00
Anmeldeschluss 18.4.
49 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Spanisch A1

Foto: Helga/pielio.de

Spanisch für den Beruf A1.1

Der Kurs richtet sich an Lernende mit oder ohne Vorkenntnisse, die in kürzester Zeit ihre sprachliche Kompetenz für den Beruf aufbauen oder auffrischen möchten. Kleingruppe, max. 8 Teilnehmende.

K4507
Beatriz Norie Fujii Gambero, Idaniurka Tamayo Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Fr. 1.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 2.3. / 10:00 - 15:00
So. 3.3. / 10:00 - 15:00
Fr. 8.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 9.3. / 10:00 - 15:00
So. 10.3. / 10:00 - 15:00
Fr. 15.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 16.3. / 10:00 - 15:00
So. 17.3. / 10:00 - 15:00
9 Termine
Anmeldeschluss 21.2.
125 €

Spanisch am Samstagvormittag A1

Für Lernende ohne Vorkenntnissen und auch für alle, die mit Kenntnisse aus einem vorangegangenen Anfängerkurs nach einer Lernpause starten möchten.

K4508
Dolores Althoff
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 16.2. / 10:00 - 12:15 / 10 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
100 €

Spanisch in den Sommerferien A1.1

Schnuppern Sie in den Sommerferien in die spanischsprachige Welt hinein. Wenn Sie nach unseren gemeinsamen Wochen weiter Spanisch lernen möchten, kann der Kurs nach Vereinbarung fortgesetzt werden oder Sie besuchen einen Spanischkurs A1.2 im folgenden Semester. Lehrwerk: Con Gusto 1, ab Lektion 1

K4509
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mo. 8.7. / 17:30 - 19:45 / 8 Termine
Anmeldeschluss 24.6.
68 €

Spanisch A1.1

Con Gusto 1, ab Lektion 1.

K4510
Beatriz Norie Fujii Gambero
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 11:00 - 12:30 / 15 Termine
75 €

K4511
Dr. Marlene Montes de Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4512
Dirk Brüss
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Do. 14.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K4513
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4514
Cristina Mata Rodriguez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4516
Estefania Valera de Heuser
Ahnatal-Heckershausen
Grundschule, An der Ahna 9
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Spanisch mit Moodle A1.2

K4524
Con Gusto A1, ab Lektion 5.
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4525
Con Gusto A1, ab Lektion 10/11.
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mi. 27.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4526
Con gusto A1, ab Lektion 9/10.
Idaniurka Tamayo Figueroa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
75 €

Spanisch A1.2

K4528
Con Gusto A1, ab Lektion 3.
Joachim Maienborn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 11.4. / 19:00 - 20:30 / 11 Termine
55 €

K4529
Con Gusto 1, ab Lektion 4.
Dirk Brüss
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 504
Di. 12.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

K4530
Con Gusto A1, ab Lektion 4.
Poema Lourdes-Horstmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

K4532
Con Gusto 1, ab Lektion 4/5.
Silvia Breul
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Fr. 15.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
75 €

K4533
Con gusto 1, ab Lektion 8.
Kleingruppe.
Beatriz Norie Fujii Gambero
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
113 €

K4534
Con Gusto A1, ab Lektion 6.
Pilar Schmidt-Martinez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4536
Con Gusto 1, ab Lektion 11.
Laura Prats de Wittig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
85 €

K4539
Caminos neu 1, ab Lektion 11.
Heidi Maienborn
Niestetal-Sandershausen
Grundschule, Mühlenweg 14-16
Mi. 10.4. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
60 €

K4540
Con Gusto 1, ab Lektion 4.
Christel Bunge
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4542
Con gusto 1, ab Lektion 10.
Christel Bunge
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mi. 13.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4543
Con gusto A1, ab Lektion 10 und Lektüre.
Joachim Maienborn
Niestetal-Sandershausen
Grundschule, Mühlenweg 14-16
Mi. 10.4. / 18:00 - 19:30 / 12 Termine
60 €

K4545
Mirada aktuell , ab Lektion 8.
Joachim Maienborn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 9.4. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
60 €

K4547
Mirada aktuell 1, ab Lektion 15.
Joachim Maienborn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 11.4. / 9:00 - 10:30 / 11 Termine
57 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113 €, für 8 Teilnehmende 85 €.

Un café y algo más en el „Grimm“

Freuen Sie sich auf interessante Gespräche in gemütlicher Runde und genießen Sie dabei ein leckeres Frühstück. (Das Frühstück ist nicht in den Kursgebühren enthalten). Einmal im Monat können Sie nach Lust und Laune auf Spanisch über Ihre Lieblingsthemen plaudern. Unsere Kursleiterin gibt Ihnen Impulse, Ihre Spanischkenntnisse im Bereich der Konversation zu erweitern und zu festigen.

K4549
Beatriz Norie Fujii Gambero
Kassel
Grimms Bistro, Wilhelmshöher Allee 19 - 21
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30
Do. 21.3. / 10:00 - 11:30
Do. 18.4. / 10:00 - 11:30
Do. 16.5. / 10:00 - 11:30
Do. 20.6. / 10:00 - 11:30
5 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
29 €

Spanisch A2

Spanisch A2.1

Con Gusto A2, ab Lektion 1.

K4550
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mo. 11.2. / 16:45 - 18:15 / 15 Termine
75 €

K4551
Marcos Goncalves Da Rocha
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

Spanisch A2.2

K4553
El Nuevo Curso 2, ab Lektion 7.
Marcos Goncalves Da Rocha
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4554
Con Gusto A2, ab Lektion 10.
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

K4556
Con Gusto A2, ab Lektion 6.
Evelyn Guzmán Jiménez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4557
El nuevo curso 2, ab Lektion 8.
Marcos Goncalves Da Rocha
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4559
Con gusto 2, ab Lektion 9.
Heidi Maienborn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 9.4. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
60 €

K4560
Caminos Neu 2, ab Lektion 7.
Christel Bunge
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Música Latinoamericana A2/B1

Este curso está dedicado a los amantes de la música latinoamericana. Vamos a leer la historia en el continente hispanoamericano. Seguiremos al compás de la música, la letra de las canciones con el tango argentino, el vals peruano, la cumbia colombiana. En este curso pueden participar personas que tengan una base del idioma castellano.

K4562
Dr. Marlene Montes de Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mi. 13.2. / 10:00 - 11:30 / 10 Termine
52 €

Spanisch B1

Spanisch B1

K4564
El Nuevo Curso 3, ab Lektion 2/3.
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4566
El Nuevo Curso 3, ab Lektion 2/3.
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mi. 13.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

K4569
Lektüre, Wiederholung und Vertiefung der Grammatik.
Heidi Maienborn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 11.4. / 17:30 - 19:00 / 11 Termine
55 €

K4572
El Nuevo Curso 3, ab Lektion 6.
Kleingruppe.
Pilar Schmidt-Martinez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
113 €

K4573
Caminos neu 3, ab Lektion 9.
Dagmar Jörg
Baunatal-Altenritte
Vereinshaus, Ritterstr. 1
Fr. 15.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Foto: H.D. Volz/pielio.de

K4575
Spanisch Intensiv für Interessierte mit Vorkenntnissen, die nach einer Lernpause erneut starten möchten.
Caminos Band 3, ab Lektion 6.
Pilar Schmidt-Martinez
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Do. 14.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
75 €

K4576
Espanol Actual 2, ab Lektion 17/18.
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kaufungen-Oberkaufungen
Gesamtschule, Friedrich-Ebert-Str.
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4579
Conversación, lectura fácil y repetición de la gramática.
Beatriz Norie Fujii Gambero
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mi. 6.2. / 11:30 - 13:00 / 10 Termine
75 €
Kosten für Fotokopien 1,50 €

K4584
Espanol Actual 2, ab Lektion 17/18.
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Di. 12.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4585
El Nuevo Curso 3, ab Lektion 6.
Marcos Goncalves Da Rocha
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4587
El Nuevo Curso 3, ab Lektion 8/9.
Luz Angela Sanchez Ramirez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mo. 11.2. / 10:00 - 11:30 / 15 Termine
75 €

K4588
Lectura, conversación, gramática y ejercicios.
Heidi Maienborn
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Do. 11.4. / 19:00 - 20:30 / 11 Termine
55 €

Spanisch B1 / B2

Lehrbuch bzw. Unterrichtsmaterialien werden bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4589
Christel Bunge
Wolfhagen
Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Mo. 11.2. / 17:15 - 18:45 / 15 Termine
75 €

Spanisch B2

Hay de todo B2

Lecciones, comprensión auditiva, juegos, artículos actuales, literatura y gramática. Vamos a hablar sobre todo. Lehrbuch: Visto Bueno, ab Lektion 8.

K4590
Dagmar Jörg
Baunatal-Altenritte
Vereinshaus, Ritterstr. 1
Do. 14.2. / 9:30 - 11:00 / 15 Termine
75 €

Curso de conversación B2

Es un curso de conversación de temas que pudieran interesar a los participantes. Utilizaremos artículos de periódicos y leeremos algo de literatura. Si se da la oportunidad veremos y discutiremos sobre algunas películas que pudiéramos disponer. Trataremos los temas de gramática propuestos por los participantes al comienzo del semestre. Es un curso adecuado para repetir y repasar temas de gramática.

K4591
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Spanisch B2

Curso de conversación con textos periodísticos.

K4592
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Spanisch C1

Conversación, gramática y ejercicios C1

En este nuevo semestre dividiremos el tiempo de nuestro curso en tres partes: Una parte dedicada a conversación sobre el acontecer en el mundo y en Kassel. Utilizaremos para ello, circunstancialmente, textos periodísticos de España e Hispanoamérica. Una segunda parte dedicada a la gramática: trataremos los pasados, el subjuntivo, etc. Una tercera parte la dedicaremos a ejercicios de comprensión auditiva: trabajaremos con vídeos, películas etc. y conversaremos sobre lo visto.

K4595
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Curso de lectura y conversación C1

En este curso haremos cada semana un comentario coloquial de los temas de actualidad. La lectura de relatos literarios cortos y textos sobre cultura y civilización serán, además, la base de nuestra tertulia. El material de trabajo se entregará en clase.

K4596
Maria Antonia Maler-Alonso
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 12 Termine
60 €

Literatura C1

En este curso leemos un libro de un autor español o latinoamericano. Nuestro interés es no sólo conocer algo sobre la literatura de los diversos países sino también descubrir algo más sobre el contexto cultural y político en el que se desarrolla la trama de las novelas. Las experiencias y vivencias de los participantes en relación a este tema son parte de nuestra conversación. La obra que leeremos será dada a conocer en el primer encuentro.

K4597
Enrique Catalan
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

telc - Sprachenzertifikate

Die Zertifizierung der eigenen Sprachkentnisse ist nicht nur für den beruflichen Werdegang von Bedeutung, sondern bestätigt Ihren persönlichen Lernerfolg. Zentraler Prüfungstag an der vhs Region Kassel ist Samstag, 29. Juni 2013. Bitte beachten Sie den Anmeldeschluss 20. Mai 2013. Im Folgenden finden Sie unsere Vorbereitungskurse in den verschiedenen Niveaustufen. Das Prüfungsentgelt ist in den Kursgebühren enthalten. Sie können zwischen einem Intensivkurs und einem Prüfungstraining wählen. Bitte nutzen Sie unsere kostenfreie Sprachberatung bei unserer Programmleitung, um weitere Fragen zu klären. Einstufungstest finden Sie unter www.sprachtest.de und bei den großen Sprachenverlagen. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unter www.vhs-region-kassel.de oder www.telc.net. Gerne stehen wir Ihnen bei der Prüfungsvorbereitung zur Seite.

telc-Zertifikatsprüfung und Training Spanisch A1

K4600
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
125 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Spanisch A2

K4601
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
135 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Spanisch B1

K4602
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
175 €

telc-Zertifikatsprüfung und Intensivkurs Spanisch B1

K4603
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Fr. 10.5. / 15:00 - 18:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
280 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Englisch A1

K4606
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
115 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Englisch A2

K4607
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
125 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Englisch B1

K4608
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
175 €

telc-Zertifikatsprüfung und Intensivkurs Englisch B1

K4609
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Fr. 10.5. / 15:00 - 18:15 / 9 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
280 €

Anmeldung über: www.vhs-region-kassel.de

telc-Zertifikatsprüfung und Training Italienisch A1

K4610
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
115 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Italienisch A2

K4611
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
125 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Italienisch B1

K4612
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
175 €

telc-Zertifikatsprüfung und Intensivkurs Italienisch B1

K4613
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Fr. 10.5. / 15:00 - 18:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
280 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Französisch A1

K4614
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
115 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Französisch A2

K4615
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
125 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Französisch B1

K4616
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Sa. 22.6. / 10:00 - 13:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
175 €

telc-Zertifikatsprüfung und Intensivkurs Französisch B1

K4617
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Fr. 10.5. / 15:00 - 18:15 / 8 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
280 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Russisch B1

K4618
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 22.6. / 15:00 - 18:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
175 €

telc-Zertifikatsprüfung und Training Russisch B2

K4619
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Sa. 22.6. / 15:00 - 18:15 / 2 Termine
Anmeldeschluss 20.5.
195 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113 €, für 8 Teilnehmende 85 €.

Altgriechisch

Altgriechisch A1.2

Quereinsteiger mit Grundkenntnissen in altgriechischer Grammatik, Syntax und Literatur sind herzlich willkommen. Lehrbuch: Ianua Linguae Graecae, Lektion 21.

K4620
Dr. Andreas Mohr
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Fr. 1.3. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
85 €

Arabisch

Die Titel der Lehrwerke werden in der ersten Kursstunde bekannt gegeben.

Arabisch A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

K4627
Kleingruppe
Osama Salti
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 4.2.
113 €

K4628
Kleingruppe
Nagwat Hafez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Fr. 15.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
113 €

Arabisch A1.2

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

K4629
Kleingruppe
Nagwat Hafez
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
113 €

Ägyptisch-Arabisch A1.2

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Lehrbuch: Usrati, ab Lektion 3

K4630
Kleingruppe
Pervine Menzel
Ahnatal-Weimar
Helfensteinschule, Schulstr. 12
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
113 €

Arabisch A2.1

Konversationskurs.

K4631
Nagwat Hafez
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 5.2.
113 €

Arabisch A2.2

Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen.

K4632
Nagwat Hafez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
113 €

K4639
Nagwat Hafez
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 108
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 5.2.
113 €

Chinesisch

Chinesisch A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Kompaktkurs

Sie lernen die Grundelemente der chinesischen Sprache. Sie lernen, wie ein Zeichen aus verschiedenen Strichen entsteht und wie man dieses Zeichen ausspricht. Dazu bedienen wir uns des Pinyin-Systems, das auf den lateinischen Buchstaben basiert. Sie lernen einfache Sätze, die Sie in Alltagssituationen verwenden können. Dadurch werden Sie in die Lage versetzt, sich in Standardsituationen ausdrücken zu können. Sie wissen dann, wie Sie chinesisch-deutsche Wörterbücher benutzen können und haben die Möglichkeit, Chinesisch selbst weiter zu lernen. Lehrbuch: Chinesisch für Anfänger, Klett Verlag, ISBN 9783125288508.

K4644
Hong Fan-Hofmeister
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. - Do. 20.6. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
75 €

Chinesisch A1.2

K4645
Hong Fan-Hofmeister
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Chinesisch A2

Dieser Kurs ist geeignet für Teilnehmende, die Lust am Wiederholen und freien Sprechen haben.

K4646
Hong Fan-Hofmeister
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Chinesisch B1

K4647
Hong Fan-Hofmeister
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. / 19:00 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Dänisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Dänisch A1.1

Vi snakkes ved!, ab Lektion 1

K4650
Jens-Herbert Christensen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

Für Teinehmende mit Vorkenntnissen

Dänisch A1.3

Vi snakkes ved!, ab Lektion 7

K4651
Jens-Herbert Christensen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 18:45 - 20:15 / 15 Termine
75 €

Dänisch A1.4

Vi snakkes ved!, ab Lektion 10

K4652
Jens-Herbert Christensen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Dänisch für Teilnehmende mit guten Grundkenntnisen

Freies Sprechen und Lesen und Wiederholungen aus dem Lehrbuch

K4655
Jens-Herbert Christensen
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

**Haben Sie den passenden Kurs nicht gefunden? Wenden Sie sich an uns. Wir richten Kurse nach Ihrem Interesse und Bedarf ein.
Information unter: 0561 1003 1694.**

Finnisch

Finnisch A1.2

Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen

Lehrmaterial: Yksi, kaksi, kolme, ab Lektion 6

K4659
Anne Niskanen
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5, Raum 017
Do. 14.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Finnisch A2

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen A2

K4660
Anne Niskanen
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Mi. 13.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Hebräisch

Hebräisch - Von rechts nach links gedacht

Einführung in die hebräische Sprache des Alten Testaments. Sie erlernen das hebräische Alphabet, Grundlagen der hebräischen Grammatik und lesen erste einfache Texte. In Exkursen wird anhand beispielhafter Begriffe die besondere Eigenart des hebräischen Denkens vermittelt. Auch werden Sie das ein oder andere hebräische Lied kennenlernen. Ziel ist es, tiefer in die Vorstellungswelt der Bibel einzutauchen, sowie mit Hilfe eines Wörterbuches einfache Texte des Alten Testaments zu lesen und zu übersetzen.
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

K4666
Dr. Yvonne Sophie Thöne
Vellmar
Ahnatalschule
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
85 €

Hebräisch - Lektürekreis

Die im Grundkurs erworbenen Kenntnisse der hebräischen Sprache werden hier praktisch angewendet, indem wir uns der Lektüre alttestamentlicher Texte widmen. Aus der Lektüre heraus wird die Grammatik weiter vertieft. Für Teilnehmende, die den Grundkurs abgeschlossen haben. Quereinsteiger mit Lektüreerfahrung im Hebräischen sowie Grundkenntnissen der hebräischen Grammatik sind ebenso herzlich willkommen.

K4667
Dr. Yvonne Sophie Thöne
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Di. 12.2. / 18:30 - 20:00 / 8 Termine
Anmeldeschluss 6.2.
46 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Hindi

Ein Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse wird im kommenden Semester angeboten werden.

Hindi A1.2

Einführung in die Hindi-Sprache für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.

K4668
Gloria Lal
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 101
Mo. 11.2. / 18:30 - 20:00 / 12 Termine
68 €

Japanisch

Die Titel der jeweiligen Lehrbücher werden in der ersten Kursstunde bekannt gegeben.

Japanisch A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnise.

K4669
Tetsu Kido
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Fr. 15.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

Japanisch A1.2

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

K4670
Tetsu Kido
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K4672
Tetsu Kido
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 17:00 - 18:30 / 15 Termine
75 €

Japanreise I

Sind Sie begeistert von der japanischen Kultur? In den Herbstferien 2013 können Sie mit Tetsu Kido Hiroshima-Hagi, Fukuoka und West-Japan bereisen. (11Tage).

Informationsabend am 15. März 2013 um 18.00 Uhr in der vhs, Wilhelmshöher Allee 19-21, 34117 Kassel.

Foto: bildpixel/pielio.de

Japanisch A2.2

Kleingruppe.

K4675
Tetsu Kido
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4676
Tetsu Kido
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 18:45 - 20:15 / 15 Termine
75 €

Japanreise II

Haben Sie noch nie Japan besucht und möchten mit einem Insider das Land entdecken? In den Osterferien 2014 können Sie mit Tetsu Kido das „Land der aufgehenden Sonne" bereisen. Ziele sind unter anderem Kyoto, Tokyo und Nara. (11-12 Tage)

Informationsabend am 15. März 2013 um 18.00 Uhr in der vhs Wilhelmshöher Allee 19-21, 34117 Kassel.

Latein

Latein A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.
Kleingruppe.

K4678
Dr. Andreas Mohr
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Mo. 25.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
113 €

Latein A1.2

In diesem Semester wird sich der Lateinkurs verstärkt der Lektüre lateinischer Lesestücke und Texte widmen, jedoch verzahnt mit der Weiterarbeit an Grammatik und Syntax (Stoff der Lektionen n20 und folgende im Lehrbuch). Quereinsteiger mit Lektüreerfahrung im Lateinischen sowie Grundkenntnissen der lateinischen Grammatik und Syntax sind herzlich willkommen. Lehrbuch: Vita Romana B, ab Lektion 25.
Kleingruppe.

K4679
Dr. Andreas Mohr
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Mo. 25.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
113 €

Neugriechisch

Das Lehrbuch „Neugriechisch in 24 Stunden" von Katja Papia-Düster für das Niveau A1 ist bei die Kursleiterin zu erhalten. Ein Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse wird im kommenden Semester angeboten werden.

Neugriechisch A1.2

„Neugriechisch in 24 Stunden", ab Lektion 15.

K4680
Katja Papia-Düster
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4681
Kleingruppe.
Athena Karagouni-Rehrmann
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Do. 21.2. / 19:00 - 20:30 / 12 Termine
91 €

Neugriechisch A2

Ta nea Ellinika jia xenous, ab Lektion 4.

K4682
Katja Papia-Düster
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Neugriechisch B1

Epikinoniste Ellinika 3, ab Lektion 1.

K4683
Katja Papia-Düster
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4684
Katja Papia-Düster
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Neugriechisch Konversation B1

Das freie Sprechen und die Bearbeitung von Texten stehen im Vordergrund. Die Materialien werden von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.

K4685
Katja Papia-Düster
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl können Kurse in Kleingruppen mit 5 - 7 Teilnehmenden stattfinden. Die Kursgebühr für kleine Lerngruppen beträgt 113 €, für 8 Teilnehmende 85 €.

Niederländisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Niederländisch A1.1

Welkom!, Band 1, ab Lektion 1

K4690
Carla Rutten
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Niederländisch A1.2

Wochenendseminar

In der Kleingruppe Niederländisch lernen mit viel Zeit zum Sprechen lernen!
Welkom!, Band 1, ab Lektion 7

K4691
In der Kleingruppe Niederländisch lernen mit viel Zeit zum Sprechen lernen!
Welkom!, Band 1, ab Lektion 1
Carla Rutten
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Fr. 15.2. / 18:00 - 20:15
Sa. 16.2. / 10:00 - 12:15
Fr. 1.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 2.3. / 10:00 - 12:15
4 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
46 €
Der Kurs wird nach Absprache fortgeführt.

Niederländisch A1.3

Wochenendseminar

In der Kleingruppe Niederländisch lernen mit viel Zeit zum Sprechen.
Welkom!, Band 1, ab Lektion 11

K4692
Carla Rutten
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Fr. 22.2. / 18:00 - 21:00
Sa. 23.2. / 10:00 - 13:00
Fr. 8.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 9.3. / 10:00 - 13:00
4 Termine
Anmeldeschluss 15.2.
61 €
Der Kurs wird nach Absprache fortgeführt.

Niederländisch A1.4

Welkom!, Band 1, ab Lektion 9

K4693
Hetty Zeilstra
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 8 Termine
75 €
14-tägig

Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen

Niederländisch A2.4

Nederlands in actie, ab Lektion 7

K4694
Hetty Zeilstra
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.14
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 8 Termine
75 €
14-tägig

Norwegisch

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Norwegisch A1.2

Et år i Norge, ab Lektion 6

K4698
Barbara Kuhnen-Lenz
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 17:45 - 19:15 / 8 Termine
40 €

Norwegisch A1.4

Et år i Norge, ab Lektion 12

K4699
Barbara Kuhnen-Lenz
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 19:30 - 21:00 / 8 Termine
40 €

Polnisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Polnisch A1.1

Witam Band 1, ab Lektion 1

K4710
Maria Gorol
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Polnisch A1.2

Witam, ab Lektion 4

K4711
Marian Zglinski
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Polnisch A1.4

Witam, ab Lektion 13

K4713
Maria Gorol
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 19:15 - 20:45 / 15 Termine
75 €

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen

Polnisch A 2
Leichte Lektüre und Alltagskonversation

K4715
Maria Gorol
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit guten Kenntnissen

Polnisch B1
Witaj Polsko! Band 2, ab Lektion 11

K4716
Marian Zglinski
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 19:15 - 20:45 / 15 Termine
75 €

Portugiesisch

Portugiesisch do Brasil A1.1
Oi Brasil! Hueber Verlag. Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

K4720
Leyla Marcia Brasileiro
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Fr. 15.2. / 17:30 - 19:00 / 10 Termine
85 €

Portugiesisch do Brasil A1.2
Oi Brasil! Hueber Verlag. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.

K4721
Leyla Marcia Brasileiro
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Fr. 15.2. / 15:00 - 17:15 / 15 Termine
85 €

Portugiesisch do Portugal A1.2
Vamos lá, (aktualisierte Ausgabe), Hueber Verlag, ab Lektion 10.

K4723
João De Azevedo
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 17:45 - 19:15 / 12 Termine
68 €

Haben Sie den passenden Kurs nicht gefunden? Wenden Sie sich an uns. Wir richten Kurse nach Ihrem Interesse und Bedarf ein.
Information unter: 0561 1003 1694.

Punisch

Punisch A1.2
Neben dem Griechischen und Lateinischen stellt das antike Punische, die Sprache der Karthager, den wichtigsten Dialekt des alten Mittelmeerraumes dar. Im heutigen Tunesien, auf Sardinien und Korsika war das mit dem biblischen Hebräisch sprachgeschichtlich verwandte Punische zwischen dem 8. Jhd. v. Chr. und dem 2 Jhd. v. Chr. die allgemeine Umgangs- und Kultursprache.
Einführung in die punische Sprache des Altertums für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Kleingruppe.

K4726
Dr. Andreas Mohr
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 405
Mi. 27.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
113 €

Russisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Russisch von Anfang an (A1.1)
Wochenendseminar

Kleingruppe

K4730
Elisabeth Janzer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Fr. 8.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 9.3. / 14:00 - 18:00
So. 10.3. / 10:00 - 14:00
3 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
53 €
Weitere Termine werden im Kurs abgesprochen.

Russisch A1.1

K4733
Elisabeth Janzer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.3. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

K4734
Otlischno A1, ab Lektion 1
Lubov Zufall-Korsakowa
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Russisch A1.2
Otlischno A1, ab Lektion 3

K4735
Lubov Zufall-Korsakowa
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Russisch für Reisende A1.2
Wochenendseminar

Möchten Sie Ihre Russischkenntnisse auffrischen und sich gezielt auf eine Reise in ein russischsprachiges Land vorbereiten? Dieser Russischkurs bietet eine Basis für Reisende, die den touristischen Alltag selbständig bewältigen möchten. In entspannter Atmosphäre trainieren wir vor allem das freie Sprechen in Urlaubssituationen. Nebenan lernen Sie die Vokabeln, Redewendungen sowie die Grammatik in typischen Reisesituationen. Lernmaterial wird beim Kursbeginn bekannt gegeben.

K4736
Lubov Zufall-Korsakowa
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 9.3. / 14:30 - 16:30
So. 10.3. / 14:30 - 16:30
Sa. 16.3. / 14:30 - 16:30
So. 17.3. / 14:30 - 16:30
Sa. 13.4. / 14:30 - 16:30
So. 14.4. / 14:30 - 16:30
Sa. 20.4. / 14:30 - 16:30
So. 21.4. / 14:30 - 16:30
Sa. 27.4. / 14:30 - 16:30
So. 28.4. / 14:30 - 16:30
10 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
76 €
Der Kurs wird nach Absprache fortgesetzt.

Russisch A2
Leichte Gespräche über alltägliche Themen

K4737
Elisabeth Janzer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.3. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4738
Otlischno A2, ab Lektion 2
Lubov Zufall-Korsakowa
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 14.2. / 17:45 - 19:15 / 15 Termine
75 €

K4739
Dieser Kurs richtet sich an Lernende, die bereits Russisch-Grundkenntnisse erworben haben und nun nach einer Pause sie wieder auffrischen, erweitern und festigen wollen. In entspannter Atmosphäre trainieren wir vor allem das freie Sprechen in wichtigsten Alltagssituationen. Der bekannte und neue Wortschatz, Redemittel und Grammatikkenntnisse werden in lockerer Lernatmo-

sphäre reaktiviert und erweitert.
Lernmaterial wird beim Kursbeginn bekannt gegeben.
Lubov Zufall-Korsakowa
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Di. 12.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Russisch A2/B1

Auf Russisch lesen und genießen!
Leichte adaptierte Lektüre lesen, diskutieren und weiter Russisch festigen.

K4740
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Russisch B2

Für Teilnehmende mit guten Kenntnissen, die Wortschatz und Grammatik intensiver festigen und erweitern wollen. Lehrmaterial wird in der ersten Unterrichtsstunde bekannt gegeben.

K4742
Elisabeth Janzer
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Moskau - Russlands Metropole

Vortrag in russischer Sprache mit deutschem Untertitel

Die Metropole Russlands mit mehr als 12 Mio. Menschen ist ein attraktives Reiseziel in Russland. Wie orientiert man sich in der Großtadt, was kann man ansehen? Die Insidertipps werden im Vortrag erläutert.

Michael Troitski-Schäfer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Do. 7.3. / 19:00 - 21:00
5 €

Schwedisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Schwedisch A1.1

Välkomna!, ab Lektion 1

K4750
Ellen Hellis
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Schwedisch A1.2

Välkomna!, ab Lektion 4

K4751
Margareta Malmgren Köller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 19:30 - 21:00 / 15 Termine
75 €

Schwedisch A1.3

Välkomna!, ab Lektion 7

K4752
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mi. 13.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Schwedisch A1.4

Välkomna!, ab Lektion 10

K4753
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Schwedisch A2

K4754
Välkomna, ab Lektion 12
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4755
Välkomna!, ab Lektion 13
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

Schwedisch B1

Välkomna tillbaka!, ab Lektion 3

K4756
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Schwedisch B2

Lehrmaterial: Sargor och sanningar , ab Lektion 2

K4757
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

K4759
Lehrmaterial wird bei Kursbeginn mitgeteilt.
Björn Müller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 19:45 - 21:15 / 15 Termine
75 €

Schwedisch C1

K4760
Lehrmaterial: Sverige på svenska + Öva svensk grammatik
Margareta Malmgren Köller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
75 €

K4761
Lehrmaterial wird bei Kursbeginn mitgeteilt.
Margareta Malmgren Köller
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Do. 14.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Tschechisch

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Tschechisch Schritt für Schritt, ab Lektion 9

K4765
Jana Krech
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Thailändisch

Ein Kurs für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse wird im kommenden Semester angeboten werden.

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Türkisch

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.

Türkisch von Anfang an (A1)
Wochenendseminar

Günaydin Band 1, ab Lektion 1 (Reichert-Verlag)

K4768
Aliye König
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 8.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 9.3. / 14:00 - 17:00
So. 10.3. / 10:00 - 13:00
Fr. 15.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 16.3. / 14:00 - 17:00
So. 17.3. / 10:00 - 13:00
6 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
68 €
Der Kurs wird nach Absprache fortgesetzt.

Türkisch A1.1

Günaydin 1, ab Lektion 1

K4769
Sevil Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Türkisch A1.2

Günaydin 1, ab Lektion 5

K4770
Sevil Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mi. 13.2. / 18:30 - 20:00 / 15 Termine
75 €

Türkisch A1.3

Günaydin 1, ab Lektion 7

K4771
C. Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Türkisch A1.4

Günaydin 1, ab Lektion 9

K4772
Sevil Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Türkisch A2

K4773
Günaydin 1, ab Lektion 11
C. Akman
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.12
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

K4774
Günaydin 1, ab Lektion 13
Sevil Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4775
Günaydin 2, ab Lektion 3
Sevil Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Türkisch B1

Günaydin 2, ab Lektion 9

K4776
C. Akman
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Ungarisch

Ungarisch für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen

Kleingruppe
Szituàciók 1, ab Lektion 16

K4779
Maria Szeltner
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
113 €

Gebärdensprache

Gebärdensprachkurs 1

Wenn Sie Kontakt zu Gehörlosen haben oder entwickeln möchten, können Sie hier Gebärden für die Alltagskommunikation erlernen. Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.
Lehrbuch: Kleines Wörterbuch der Gebärdensprache.

K4781
Dagmar Ruppert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

K4781B
Bernhard Ruppert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mi. 13.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Gebärdensprachkurs 2

Kommunikative Bewältigung des Alltags
Lehrbuch: Wörterbuch der Gebärdensprache

K4783
Dagmar Ruppert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
75 €

Blindenschrift

Blindenschrift für Sehende
Wochenendseminar

Jeder, der einen blinden Angehörigen hat, beruflich mit blinden Menschen arbeitet oder auf andere Art Kontakt mit Blinden hat, steht mehr oder weniger verwundert vor der Blindenschrift. Diese hat in gewisser Weise den Mythos einer Geheimschrift.
Sie lernen in wenigen Stunden, das international verwendete Blindenschriftsystem nach Louis Braille mit den Augen zu lesen und mit einer Blindenschrifttafel oder einer Bogenmaschine zu schreiben. Anhand eines Übersetzungsalphabets können Sie nach diesem Kurs schon einen Brief oder eine Notiz in Blindenvollschrift entziffern oder schreiben. Mit etwas Übung beherrschen Sie bald auch das Braillesystem auswendig. Überraschen Sie mit dieser Fähigkeit einen blinden Bekannten oder Angehörigen oder erweitern Sie einfach Ihren Horizont.

K4785
Birgit Riester
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 13.4. / 10:00 - 13:00
So. 14.4. / 10:00 - 13:00
2 Termine
Anmeldescjluss 26.3.
28 €

Deutsch als Fremdsprache

Sprachberatung und Einstufungstest
„Deutsch als Fremdsprache" im Philipp-Scheidemann-Haus, Kassel, Holländische Str. 72-74
Immer donnerstags zwischen 14:00 und 16:00 Uhr.

Unsere Öffnungszeiten sind:
Mo. und Mi. 9:00 - 13:00 Uhr
Do. 14:00 - 17:00 Uhr
und nach Vereinbarung.

Programmverantwortung
Graziella Rode
graziella-rode@landkreiskassel.de

Assistenz
Helene Lohs
Marco Giambalvo

Telefon: 0561-9892122
0561-9892123
Telefax: 0561-9892124
E-Mail: helene-lohs@landkreiskassel.de

Einstufungstest im Landkreis Kassel
vhs-Geschäftsstelle, Kasinoweg 22, Hofgeismar
Tel. 05671-80012224

Ferien - unterrichtsfreie Zeit
Osterferien: 25.3.2013 - 5.4.2013 (gilt nur für die Abendkurse)
Sommerferien: 8.7.2013 - 16.8.2013

Prüfungen
An der Volkshochschule Region Kassel finden im Philipp-Scheidemann-Haus folgende anerkannte Prüfungen statt:

telc - Start Deutsch A1
telc - Start Deutsch A2
telc Deutsch B2
telc Deutsch C1

Goethe-Zertifikat C1
Die Prüfungstermine erfragen Sie bitte bei der Volkshochschule Region Kassel.

Sprachprüfung „Großes Deutsches Sprachdiplom"
Auskunft und Anmeldung Goethe-Institut, Frankfurt, Tel.: 069-961227-0

telc „Europäisches Sprachenzertifikat" Zertifikat Deutsch (B1)

Deutsch-Test für Zuwanderer (DTZ)

Prüfungstermine
8.3., 19.4., 24.5., 21.6.2013

Anmeldung vhs jeweils 6 Wochen vor Prüfungstermin

Prüfungsgebühr: 130 €

DTZ-Prüfung für Teilnehmende der Integrationskurse: entgeltfrei

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch bei regelmäßiger Teilnahme am Ende des Kurses ausgestellt.

Seit dem 1. September 2008 wird für die Einbürgerung ein Nachweis über „Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland" verlangt.
Die Volkshochschule Region Kassel führt Einbürgerungstests durch und bereitet in speziellen Kursen auf den Einbürgerungstest vor.

Testtermine
23.2., 23.3., 20.4., 25.5., 29.6.2013
Anmeldung jeweils 4 Wochen vor Testtermin

DaF-Integrationskurse

Die vhs führt im Philipp-Scheidemann-Haus Basissprachkurse, Aufbausprachkurse und Orientierungskurse für Ausländerinnen und Ausländer nach dem neuen Zuwanderungsgesetz durch. Das Entgelt ist bei Anmeldung bar zu bezahlen. Eine Rückzahlung ist nach verbindlicher Anmeldung nicht möglich. Auf Anfrage kann in begründeten Fällen ein Antrag auf Kostenbefreiung gestellt werden. Vor der Kurseinteilung wird ein Einstufungstest durchgeführt.

Die Kurse laufen jeweils Mo. bis Fr., 8:15 - 12:30 Uhr, das Entgelt beträgt pro Kurs 120 € für 100 UStd.

Die Entgelte für Kurse basieren auf der Teilnahmezahl von mindestens neun angemeldeten Personen.

Auf Anfrage werden bei Bedarf und entsprechender Teilnahmezahl zusätzliche Kurse eingerichtet.

A 1

Deutsch-Intensivkurse/ Integrationskurse A 1.1

Sie lernen elementare Bestandteile der deutschen Grammatik, z. B. den Akkusativ und die Verbkonjugation, die Aussprache wichtiger Wörter und das Lesen einfacher Texte, sowie einfache Diktate zu schreiben.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1, Teil 1

K4800 / Mo. - Fr. 11.2. - 8.3.
K4801 / Mo. – Fr. 11.3. – 9.4.
K4802 / Mo. – Fr. 10.4. – 8.5.
K4803 / Mo. – Fr. 13.5. – 11.6.
K4804 / Mo. – Fr. 12.6. – 9.7.

K4805
Rolf-Peter Kühle
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo. - Mi. 11.2. – 9.4. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1 , Teil 1

K4806
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mo. - Mi. 25.2. – 22.3. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1, Teil 1

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Deutsch-Intensivkurse/ Integrationskurse A 1.2

In dieser Stufe lernen Sie noch mehr Basisgrammatik, z. B. das Adjektiv, die Präpositionen und die Zeiten (das Perfekt).
Sie lernen, wie man einfache Hörtexte versteht und miteinander zu reden. Und vor allem: Sie werden nach diesen vier Wochen schon einen kleinen deutschen Text schreiben können.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1, Teil 2

K4807 / Mo. – Fr. 11.2. – 8.3.
K4808 / Mo. – Fr. 11.3. – 9.4.
K4809 / Mo. – Fr. 10.4. – 8.5.
K4810 / Mo. – Fr. 13.5. – 11.6.
K4811 / Mo. – Fr. 12.6. – 9.7.

K4811A
Rolf-Peter Kühle
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo. – Mi. 15.4. – 3.6. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1, Teil 2

K4812
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mo. – Fr. 8.4. – 6.5. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1, Teil 2

Deutsch -Vormittagskurs A1

Sie lernen elementare Bestandteile der deutschen Grammatik, z. B. den Akkusativ und die Verbkonjugation, die Aussprache wichtiger Wörter und das Lesen einfacher Texte, sowie einfache Diktate zu schreiben.

K4813
Rolf-Peter Kühle
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Do. – Fr. 14.2. – 3.5. / 9:00 - 11:15 / 20 Termine
Do. und Fr. jeweils 9:00 - 11:15
117 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1

Deutsch-Vormittagskurs A1

Sie lernen elementare Bestandteile der deutschen Grammatik, z. B. den Akkusativ und die Verbkonjugation, die Aussprache wichtiger Wörter und das Lesen einfacher Texte, sowie einfache Diktate zu schreiben.

K4814
Helene Stach
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. – 4.6. / 11:30 - 14:45 / 15 Termine
117 €
Lehrbuch: Lagune 1

Deutsch-Integrationskurs / Elternkurs

K4815
Marie-José Kuhn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. – Fr. 13.2. – 11.4. / 9:00 - 13:00 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Lagune 1

Deutsch-Integrationskurs am Nachmittag A 1

Sie lernen elementare Bestandteile der deutschen Grammatik, z. B. den Akkusativ und die Verbkonjugation, die Aussprache wichtiger Wörter und das Lesen einfacher Texte, sowie einfache Diktate zu schreiben.

K4820
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 11.2. – 15.3. / 13:30 - 16:45 / 25 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1

Deutsch-Abendkurse A 1

Sie lernen elementare Bestandteile der deutschen Grammatik, z. B. den Akkusativ und die Verbkonjugation, die Aussprache wichtiger Wörter und das Lesen einfacher Texte, sowie einfache Diktate zu schreiben.

K4822
Leonid Lysenko
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. – 24.6. / 18:00 - 20:15 / 33 Termine
Mo. und Mi. jeweils 18:00 - 20:15
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1,Teil 2

K4826
Leonid Lysenko
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 14.2. – 20.6. / 17:30 - 19:00 / 15 Termine
90 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 1

A 2

Deutsch-Intensivkurse/ Integrationskurse A 2.1

Sie lernen, wie man deutsche Sätze konstruiert, z. B. die Wortstellung im Satz und auch, was ein Nebensatz ist. Sie lernen immer mehr Bestandteile der deutschen Grammatik und vor der Lerngruppe zu sprechen. Sie werden noch mehr Texte von der CD/Kassette hören. Und vor allem: Sie können sich nach vier Wochen mit Deutschen in Alltagssituationen verständigen.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

K4840
Mo. – Fr. 11.2. – 8.3. /

K4841
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 11.3. – 9.4. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

K4842
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 10.4. – 8.5. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

K4843
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 13.5. – 11.6. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

K4844
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 12.6. – 9.7. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

K4845
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mo. – Fr. 7.5. – 6.6. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 1

Deutsch-Intensivkurse/ Integrationskurse A 2.2

In dieser Stufe erlernen Sie die letzten Bestandteile der elementaren deutschen Grammatik, z. B. den Konjunktiv II und das Passiv. Sie halten Ihre ersten Referate und schreiben längere Texte. Und vor allem: Nach diesen vier Wochen sind Sie in der Lage, bestimmte deutsche Prüfungen erfolgreich zu bestehen.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 2

K4847 / Mo. – Fr. 11.2. – 8.3.
K4848 / Mo. – Fr. 11.3. – 9.4.
K4849 / Mo. – Fr. 10.4. – 8.5.
K4850 / Mo. – Fr. 13.5. – 11.6.
K4851 / Mo. – Fr. 12.6. – 9.7.

K4852
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Mo. – Fr. 10.6. 5.7. / 8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2, Teil 2

Deutsch-Integrationskurs für Frauen

K4854
Marie-José Kuhn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. - Do. 10.4. – 29.5. / 9:00 - 13:00 /
20 Termine
195 €

Deutsch -Nachmittagskurs A2

Sie lernen, wie man deutsche Sätze konstruiert, z. B. die Wortstellung im Satz und auch, was ein Nebensatz ist. Sie lernen immer mehr Bestandteile der deutschen Grammatik. Sie lernen, vor der Lerngruppe zu sprechen. Sie werden noch mehr Texte von der CD/Kassette hören.

K4860
Leonid Lysenko
Fuldatal
Katholische Kirchengemeinde
Mo. 4.3. – 1.7./ 13:30 - 15:45 / 15 Termine
90 €

Deutsch-Nachmittagskurs A 2

Sie lernen, wie man deutsche Sätze konstruiert, z. B. die Wortstellung im Satz und auch, was ein Nebensatz ist. Sie lernen immer mehr Bestandteile der deutschen Grammatik. Sie lernen, vor der Lerngruppe zu sprechen. Sie werden noch mehr Texte von der CD/Kassette hören.

K4861
Helene Stach
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. – 17.6. / 13:00 - 14:30 / 30 Termine
Mo. und Do. jeweils 13:00 - 14:30
117 €

K4862
Leonid Lysenko
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mi. 13.2. – 19.6. / 15:30 - 17:00 / 30 Termine
Mi. und Do. jeweils 15:30 - 17:00
117 €

Deutsch-Abendkurs A 2

Sie lernen, wie man deutsche Sätze konstruiert, z. B. die Wortstellung im Satz und auch, was ein Nebensatz ist. Sie lernen immer mehr Bestandteile der deutschen Grammatik. Sie lernen, vor der Lerngruppe zu sprechen. Sie werden noch mehr Texte von der CD/Kassette hören.

K4865
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. – 24.6./ 18:00 - 20:15 / 33 Termine
Mo. und Mi. jeweils 18:00 - 20:15
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 2

Deutsch als Fremsprache mit Moodle A2

Deutsch lernen braucht Zeit, daher wird der Präsenzunterricht mit einem Online-Kurs begleitet und ausgebaut. Wir üben Deutsch schreiben, lesen und im deutschsprachigen Internet navigieren. Die deutsche Kultur kommt auch nicht zu kurz: Interessante Videos werden angeboten und besprochen.

K4866
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Mi. 27.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
Anmeldeschluss 22.2.
75 €

Deutsch üben mit der interaktiven Tafel

Im Kurs wird die interaktive Tafel eingesetzt, wofür wir digitale Materialien des Lehrwerks „Berliner Platz" verwenden. Üben, wiederholen, Spaß haben mit neuen Medien.

K4867
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. / 13:00 - 14:30 / 15 Termine
60 €

Deutsch-Konversationskurs

Ausgesuchte, aktuelle, authentische Texte als Gesprächsgrundlage. Wiederholung und Vertiefung der Grammatik.

K4869
Leonid Lysenko
Vellmar-West
Bürgerhaus, Lüneburger Str. 10
Di. 12.2. – 18.6. / 13:30 - 16:15 / 17 Termine
117 €

Sommerkurse

Deutsch-Sommerkurs A 1

Im Kurs lernen wir Deutsch lesen, schreiben und vor allem sprechen. Die Kenntnisse werden gleich in der Praxis umgesetzt, da auch außerschulische Aktivitäten geplant sind.

K4870
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. – Fr. 15.7. – 30.8. / 8:30 - 12:00 /
10 Termine
100 €
Inkl. Lehrbuch

Deutsch-Sommerkurs A 2

Im Kurs festigen wir die Deutschkenntnisse auf dem Niveau A2. Die Kenntnisse werden gleich in der Praxis ungesetzt, da auch außerschulische Aktivitäten geplant sind.

K4871
Michael Troitski-Schäfer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 104
Mo. – Fr. 29.7. – 9.8. / 8:30 - 12:00 /
10 Termine
100 €
Inkl. Lehrbuch

Deutsch-Sommerkurs B1+

Ein Intensivkurs für Lerner, die B1 erfolgreich abgeschlossen haben und sich im Rahmen eines Ferienkurses gut auf das B2 - Niveau vorbereiten wollen.

K4873
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
o. – Fr. 15.7. – 9.8. / 8:15 - 12:30 /
20 Termine
195 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

B 1

Deutsch-Intensivkurse/ Integrationskurse B 1.1

Sie wiederholen und vertiefen Ihre Kenntnisse der Basisgrammatik, z. B. verschiedene Modelle der deutschen Nebensätze. Sie verbessern Ihre Aussprache und lernen, auf gezielte Fragen richtig und umfassend zu antworten. Und vor allem: Sie lernen, Ihre Meinung zu wichtigen Dingen zu sagen.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 3

K4880 / Mo. – Fr. 11.3. – 9.4.
K4882 / Mo. – Fr. 10.4. – 8.5.
K4883 / Mo. – Fr. 13.5. – 11.6.
K4884 / Mo. – Fr. 12.6. – 9.7.

Deutsch-Nachmittagskurs B 1

Sie wiederholen und vertiefen Ihre Kenntnisse der Basisgrammatik, z. B. verschiedene Modelle der deutschen Nebensätze. Sie verbessern Ihre Aussprache und lernen, auf gezielte Fragen richtig und umfassend zu antworten. Und vor allem: Sie lernen, Ihre Meinung zu wichtigen Dingen zu sagen.

K4886
Helene Stach
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. – 17.6. / 15:15 - 16:45 / 30 Termine
Mo. und Do. jeweils 15:15 - 16:45
117 €
Lehrbuch: Lagune 3

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

Deutsch-Intensivkurse/Integrationskurse B 1.2

Sie bereiten sich gezielt auf die Prüfung „Zertifikat Deutsch“ (ZD) vor. Sie erlernen eine elementare sprachliche Sicherheit in vielen alltäglichen Situationen. Sie bekommen immer mehr Gefühl für die deutsche Sprache und beginnen, in der deutschen Sprache zu denken. Und vor allem: Sie werden nach diesen vier Wochen Deutsche fast immer gut verstehen.

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 20 Termine
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 3

K4888 / Mo. – Fr. 11.2. – 8.3.
K4889 / Mo. – Fr. 11.3. – 9.4.
K4890 / Mo. – Fr. 10.4. – 8.5.
K4891 / Mo. – Fr. 13.5. – 11.6.
K4892 / Mo. – Fr. 12.6. – 9.7.

Deutsch-Konversationskurs B1

Ein Konversatioskurs, der ausgewählte Texte als Sprachanlässe nimmt. Die Teilnehmer haben Gelegenheit, ihre mündlichen Fähigkeiten in Meinungsäußerungen und Diskussionsbeiträgen zu festigen.

K4895
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. – 10.6.Mo. 11.2. – 10.6. /
16:00 - 17:30 / 15 Termine
60 €
ausgewählte Texte

Deutsch-Abendkurs B 1

Sie bereiten sich gezielt auf die Prüfung „Zertifikat Deutsch“ (ZD) vor. Sie erlernen eine elementare sprachliche Sicherheit in vielen alltäglichen Situationen. Sie bekommen immer mehr Gefühl für die deutsche Sprache und beginnen, in der deutschen Sprache zu denken.

K4897
Simonetta Arico Frare
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. – 24.6. / 18:00 - 20:15 / 33 Termine
Mo. und Mi. jeweils 18:00 - 20:15
195 €
Lehrbuch: Berliner Platz NEU 3

DaF/Schreiben, Grammatik, Rechtschreibung

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer/Innen, die die Feinheiten der Deutschen Grammatik und Rechtschreibung erlernen wollen.

K4898
Rudolf Sommer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.2. – 12.6. / 18:00 - 20:15 / 15 Termine
90 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

Lesung

Am Montag, 6. Mai um 18:30 Uhr, lesen die Kasseler Autoren Christian Baumgarten und Volker Borbein in der vhs Region Kassel aus ihrer neuen Geschichte „Das Missverständnis“.

Youna Kim, eine junge Südkoreanerin, fühlt sich wohl als Au-Pair Mädchen in der Familie Schall in Berlin. Doch plötzlich ändert sich alles. Misstrauen beherrscht den Alltag. Youna ist ratlos. Hat sie etwas falsch gemacht? Ihre Lage wird noch ernster.
Auf einer Wanderung auf der deutschen Märchenstrasse kommt es in einer einsamen Hütte auf dem Hohen Meißner zu einem Drama. Youna kämpft um ihr Leben. Wird Youna ihre Heimat wieder sehen?

Volker Borbein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 6.5. / 18:30 - 20:00
Eintritt frei

DaF-Bewerbungstraining

Sie haben erfolgreich einen Integrationskurs abgeschlossen und möchten nun eine Ausbildung beginnen oder bereits auf dem deutschen Arbeitsmarkt Fuß fassen. In diesem Kurs erweitern Sie Ihre schriftlichen und mündlichen Fertigkeiten in der deutschen Sprache und erwerben die nötigen kulturellen Kenntnisse, die Sie für eine erfolgreiche Stellen-/Ausbildungssuche und das Bewerbungsverfahren benötigen.Sie simulieren Telefonate und Vorstellungsgespräche mit potentiellen Arbeitgebern, lernen wichtige Redemittel kennen, wenden diese an und festigen grammatische Strukturen, um sich mündlich und schriftlich korrekt und überzeugend auszudrücken. Zusätzlich erhalten Sie wichtige Informationen zu deutschen Beschäftigungsformen, Arbeitsverträgen und Sozialversicherungen.

K4901
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.2. / 15:00 - 17:15 / 15 Termine
90 €

Orientierungskurs am Nachmittag - Vorbereitung auf den Einbürgerungstest

Geschichte, Institutionen, Leben in Deutschland

K4912
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Do. 15.4. – 22.5. / 15:45 - 18:00 /
20 Termine
117 €

Orientierungskurse

Orientierungskurs

Geschichte, Institutionen, Leben in Deutschland

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
8:15 - 12:30 / 12 Termine
117 €

K4913 / Mo. – Fr. 11.2. – 26.2.
K4915 / Mo. - Fr. 10.4. – 26.4.
K4916 / Mo. – Fr. 13.5. – 30.5.
K4917 / Mo. – Fr. 12.6. – 28.6.

Vorbereitung zum telc-Zertifikat Deutsch B1

Wochenendseminar

Vorbereitung zum telc-Zertifikat Deutsch B1 für Personen, die keinen Kurs besucht haben.

K4918
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Sa. 2.3. / 9:00 - 12:15
12 €

K4919
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Sa. 18.5. / 9:00 - 12:15
12 €

Prüfungen

telc-Zertifikat Deutsch B1

Das Zertifikat B1 dient als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für die Einbürgerung.

K4920
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 8.3. / 8:30 - 12:00
Anmeldeschluss 31.1.
130 €

Deutsch-Test für Zuwanderer

K4920A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 8.3. / 9:00 - 12:00
Anmeldeschluss 31.1.
gebührenfrei

telc-Zertifikat Deutsch B1

Das Zertifikat B1 dient als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für die Einbürgerung.

K4921
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 19.4. / 8:30 - 12:00
Anmeldeschluss 12.3.
130 €

Deutsch-Test für Zuwanderer

K4921A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 19.4. / 9:00 - 12:00
Anmeldeschluss 12.3.
gebührenfrei

telc-Zertifikat Deutsch B1

Das Zertifikat B1 dient als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für die Einbürgerung.

K4922
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 24.5. / 8:30 - 12:00
Anmeldeschluss 18.4.
130 €

Deutsch-Test für Zuwanderer

K4922A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 24.5. / 9:00 - 12:00
Anmeldeschluss 18.4.
gebührenfrei

telc-Zertifikat Deutsch B1

Das Zertifikat B1 dient als Nachweis ausreichender Deutschkenntnisse für die Einbürgerung.

K4923
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 21.6. / 8:30 - 12:00
Anmeldeschluss 16.5.
130 €

Deutsch-Test für Zuwanderer

K4923A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Fr. 21.6. / 9:00 - 12:00
Anmeldeschluss 16.5.
gebührenfrei

Einbürgerungstests

Seit dem 1. September 2008 wird für die Einbürgerung ein Nachweis über „Kenntnisse der Rechts- und Gesellschaftsordnung und der Lebensverhältnisse in Deutschland" verlangt.
Im Ankreuz-Verfahren gilt es, mindestens 17 von 33 Fragen richtig zu beantworten. Der Gesamtkatalog umfasst 300 allgemeine Testfragen und 10 Fragen, die sich auf das Land Hessen beziehen.
Jeder Antragsteller erhält seine persönlichen Testfragen.
Die Anmeldung zum Test ist nur persönlich möglich.

K4926
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 23.2. / 10:00 - 11:30
Anmeldeschluss 24.1.
25 €

K4927
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 23.3. / 10:00 - 11:30
Anmeldeschluss 21.2.
25 €

K4927A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 20.4. / 10:00 - 11:30
Anmeldeschluss 21.3.
25 €

K4928
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 25.5. / 10:00 - 11:30
Anmeldeschluss 25.4.
25 €

K4929
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Sa. 29.6. / 10:00 - 11:30
Anmeldeschluss 28.5.
25 €

B 2

Deutsch-Intensivkurs B 2

Dieser erste Teil der Mittelstufe führt Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen zum Niveau B 2.

K4930
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 11.2. – 9.4. / 8:15 - 12:30 /
40 Termine
390 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

K4930A
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 15.4. – 13.6. / 8:15 - 12:30 /
40 Termine
390 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

Deutsch-Konversationskurse B 2

Ausgesuchte aktuelle authentische Texte als Gesprächsgrundlage. Lernen in entspannter Atmosphäre- Wiederholung und Vertiefung der Grammatik nach Bedarf.

K4932
Marie-José Kuhn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. – 24.6. / 9:30 - 11:00 / 17 Termine
74 €

K4933
Marie-José Kuhn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. – 24.6. / 11:15 - 12:45 / 17 Termine
74 €

K4934
Marie-José Kuhn
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 12.2. – 18.6. / 9:45 - 11:15 / 17 Termine
74 €

Deutsch-Abendkurs B 2

Dieser erste Teil der Mittelstufe führt Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen zum Niveau B 2.

K4936
Rudolf Sommer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 12.2. – 25.6. / 18:00 - 20:15 / 33 Termine
Di. und Do. jeweils 18:00 - 20:15
195 €
Lehrbuch: em neu Hauptkurs, ab Lektion 6

Deutsch für den Beruf

In diesem Kurs erwerben Sie berufssprachliche Kenntnisse und Fertigkeiten, sowohl schriftlich als auch mündlich, um an beruflichen Kommunikationssituationen mit Kunden, Kollegen oder Vorgesetzten teilnehmen zu können. Sie lernen, geschäftliche Telefonate zu führen, Geschäftsbriefe (Anfragen, Angebote, Reklamationen, etc.) zu verfassen und Ihren eigenen Standpunkt zu berufsrelevanten Themen zu formulieren.

K4937
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Do. 14.2. – 20.6. / 15:00 - 17:15 / 15 Termine
90 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

Die Beschreibung der Niveaustufen A1 – C2 finden Sie auf Seite 114

C 1

Deutsch-Intensivkurs C 1

Sie bereiten sich gezielt auf das Goethe-Zertifikat C1 vor. In den Bereichen Grammatik/Leseverständnis/Hörverständnis/Sprechfertigkeit arbeiten Sie systematisch an einer persönlichen Verbesserung Ihrer vorhandenen Kenntnisse.

K4940
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mo. 11.3. / 8:15 - 12:30 / 40 Termine
390 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben.

K4941
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Mo. – Fr. 27.5. – 24.6. / 8:15 - 12:30 /
20 Termine
195 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

Deutsch-Abendkurs C 1

Sie bereiten sich gezielt auf das Goethe-Zertifikat C1 vor. In den Bereichen Grammatik/Leseverständnis/Hörverständnis/Sprechfertigkeit arbeiten Sie systematisch an einer persönlichen Verbesserung Ihrer vorhandenen Kenntnisse.

K4943
Marion Vogel
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 12.2. – 25.6. / 18:00 - 20:15 / 33 Termine
Di. und Do. jeweils 18:00 - 20:15
195 €
Lehrbuch: em neu Abschlusskurs, ab Lektion 6

Deutsch-Konversationskurs C1

Ausgesuchte aktuelle authentische Texte als Gesprächsgrundlage. Wiederholung und Vertiefung der Grammatik.

K4944
Rolf-Peter Kühle
Kaufungen-Oberkaufungen
Gesamtschule, Friedrich-Ebert-Str.
Di. 12.2. – 13.6. / 15:00 - 16:30 / 30 Termine
Di. und Do. jeweils 15:00 - 16:30
117 €
Aspekte Band 3, Lektion 4

TestDaF Prüfungsvorbereitung

Sie werden systematisch auf die Prüfung „TestDaF" vorbereitet. Sie konzentrieren sich auf die Prüfungsanforderungen. Die bestandene Prüfung eröffnet Ihnen den Zugang zur Universität bzw. Fachoberschule. Sie eignen sich die sprachlichen Kompetenzen und Arbeitstechniken an, die Sie für einen erfolgreichen Einstieg in Ihr Studium benötigen. Ihre schriftlichen Ausarbeitungen werden regelmäßig korrigiert.

K4946
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 18.3. – 16.4. / 8:15 - 12:30 /
20 Termine
Anmeldeschluss 9.5.
250 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

K4947
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. – Fr. 6.5. – 5.6. / 8:15 - 12:30 /
20 Termine
250 €
Lehrbuch: wird bei Kursbeginn bekannt gegeben

TestDaF

Das TestDaF-Zeugnis wird von allen Universitäten und Fachhochschulen in Deutschland anerkannt. Wenn Sie in allen vier Teilprüfungen mindestens die TestDaF-Niveaustufe (TDN) 4 erreicht haben, können Sie an jeder Hochschule studieren. Für manche Fächer an manchen Hochschulen reichen auch niedrigere Ergebnisse. Sie müssen jedoch mindestens TDN 3 erreicht haben.

K4948
Graziella Rode
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Do. 18.4. / 8:00 - 12:30
175 €

K4949
Graziella Rode
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Di. 11.6. / 8:00 - 12:30
175 €

Prüfungsvorbereitungskurs Großes Deutsches Sprachdiplom C2

Für Interessenten, die bereits Kenntnisse auf dem Niveau C2 haben und sich gezielt auf das Goethe-Zertifikat C2 (Großes Deutsches Sprachdiplom) vorbereiten möchten.
Die Arbeit mit Grammatik, Textarbeit, mündlicher und schriftlicher Ausdrucksfähigkeit sowie die Arbeit mit Lektüre vervollständigen Ihre Sprachfähigkeit. Neben denen, die sich auf die Prüfung vorbereiten wollen, sind alle gern willkommen, die ihre deutschen Sprachkenntnisse erweitern wollen. Ein neuer Kurs für das Große Deutsche Sprachdiplom des Goethe-Instituts wird im 2. Semester angeboten.

Deutsch-Lesen lernen, Schreiben lernen/Integrationskurs

Für Anfängerinnen und Anfänger, die das ABC schon beherrschen, aber sehr unsicher im Lesen und Schreiben sind. Es werden Grundkenntnisse in Rechtschreibung und Grammatik vermittelt.

K4971
Gerhard Haack, Beate Knierim-Plate
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Mo. – Do. 14.1. – 13.2. / 8:30 - 12:00 /
25 Termine
195 €

K4972
Gerhard Haack, Beate Knierim-Plate
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Mo. – Do. 26.2. – 23.4. / 8:30 - 12:00 /
25 Termine
195 €

K4973
Gerhard Haack
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Raum 013
Mo. – Do. 29.4. – 17.6. / 8:30 - 12:00 /
25 Termine
195 €

K4977
Beate Knierim-Plate
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo., Do., Fr. 11.2. – 22.4. / 8:30 - 11:45 /
25 Termine
195 €

K4978
Beate Knierim-Plate
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mo., Do., Fr. 25.4. – 27.6. / 8:30 - 11:45 /
25 Termine
195 €

Lesen lernen, Schreiben lernen, Deutsch lernen am Nachmittag

Für Anfängerinnen und Anfänger, die das ABC schon beherrschen, aber sehr unsicher im Lesen und Schreiben sind. Es werden Grundkenntnisse in Rechtschreibung und Grammatik vermittelt.

K4988
Gerhard Haack
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Di. 5.2. / 15:30 - 17:45 / 20 Termine
75 €

Deutsch-Alphabetisierung für Frauen und Männer mit kleinen Kindern

Einführung in die deutsche Sprache mit Alphabetisierung. Eine Kinderbetreuung ist vorgesehen. Der Unterrichtsraum und ein voll eingerichteter Spielraum liegen nebeneinander. Der Unterrichtsort befindet sich in Wohnungsnähe.

K4989
Helene Stach
Lohfelden
Evang. Gemeindehaus, Stadion 2
Mo. 11.2. – 17.6. / 9:30 - 11:00 / 30 Termine
Mo. und Do. jeweils 9:30 - 11:00
117 €

EDV & Beruf

Ansprechpartner/-innen

Abitur **Lesen und Schreiben für Erwachsene** **Kaufmännische Praxis** **Management**	Thomas Ewald, Kassel Tel. 0561-1003 1695 thomas-ewald@landkreiskassel.de Regina Piller, Hofgeismar Tel. 05671-80012222 regina-piller@landkreiskassel.de
Mathematik	Dr. Wolfgang Jacob, Kassel Tel. 0561-1003 1697 wolfgang-jacob@landkreiskassel.de
EDV	H. Friedrich Lammers, Kassel Tel. 0561-1003 1687 friedrich-lammers@landkreiskassel.de Karin Hunecke, Kassel Tel. 0561-1003 1698 karin-hunecke@landkreiskassel.de
EDV **Computerschreiben** **Management** **Persönlichkeits-entwicklung** **Fortbildungen für Pädagogische Fachkräfte** **Bildungsberatung** **Bildungsprämie**	Elfriede Schäth, Wolfhagen Tel. 05692-987 3193 elfriede-schaeth@landkreiskassel.de Brigitte Böhle, Wolfhagen Tel. 05692-987 3192 brigitte-boehle@landkreiskassel.de
Fortbildungen für Tagesmütter- und väter	Kerstin Podewils, Kassel Tel. 0561-1003 1693 kerstin-podewils@landkreiskassel.de
Bildungsprämie **Qualifizierungsscheck**	Gerhard Klingelhöfer, Kassel Tel. 0561-10031670 gerhard-klingelhoefer@ landkreiskassel.de

Angebotsberatung

Wir beraten Sie gerne bei Ihrer Kursauswahl und klären mit Ihnen notwendige Vorkenntnisse

Bildungsberatung

Sie wollen sich beruflich verändern, in das Berufsleben einsteigen oder wiedereinsteigen. Wir bieten Ihnen im Rahmen des Hessencampus Kassel eine kostenlose, vertrauliche, trägerunabhängige Bildungsberatung und informieren Sie über Finanzierungsmöglichkeiten.
www.bildungsberatung-region-kassel.de

HESSEN

Gefördert aus Mitteln des Landes Hessen im Rahmen von HESSENCAMPUS 2012

Finanzierungsberatung

Bildungsprämie – der Prämiengutschein
Erwerbstätige, deren zu versteuerndes Jahreseinkommen derzeit 20.000 € bzw. 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten nicht übersteigt, können 50 % ihrer Weiterbildungskosten mit einem Prämiengutschein in Höhe von max. 500 € finanzieren.
www.bildungspraemie.info

» Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Qualifizierungsscheck

Mit dem Qualifizierungsscheck hat das Land Hessen ein Förderprogramm aufgelegt, das Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern in kleinen und mittelständischen Unternehmen den Zugang zur Weiterbildung erleichtern soll. Der Qualifizierungsscheck wird für die Hälfte der Weiterbildungskosten, max. jedoch 500 € pro Jahr, ausgestellt
www.qualifizierungsschecks.de

Qualifizierungsscheck

Nachholen von Schulabschlüssen

Abitur

Vorbereitung auf die externe allgemeine Hochschulreifeprüfung für besonders befähigte Berufstätige

Nach den Bestimmungen der Verordnung des hessischen Kultusministers vom 10.7. 2003 können Personen, die älter als 25 Jahre sind und eine abgeschlossene Berufsausbildung haben, die Allgemeine Hochschulreife für besonders befähigte Berufstätige mit einer externen Prüfung erwerben. Zur Prüfungsvorbereitung bietet die vhs Region Kassel Unterricht in den Fächern Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie und Geschichte an. In der Regel sind 6 Semester Vorbereitungszeit nötig. Der Unterricht ist im Wesentlichen als Anleitung zum Selbststudium konzipiert. Sie müssen nicht alle Fächer belegen, wenn Sie nur in bestimmten Bereichen lernen wollen. Welche Fächer sie belegen, entscheiden Sie selbst. Alle Fächer können auch einzeln belegt werden.
Die Kosten betragen bei der Belegung aller fünf Fächer pro Semester 300 €.
Ein Fach kostet 60 € pro Semester. Wenn Sie am Mathematik-Kurs teilnehmen, ist der Grundkurs in diesem Fach für Sie gebührenfrei.

Wenn Sie nicht an der Abiturprüfung für besonders befähigte Berufstätige teilnehmen wollen, sondern sich selbständig auf die reguläre Externe Abiturprüfung vorbereiten, sind unsere Vorbereitungskurse ebenfalls für Sie geeignet.
Wenn Sie kein Abitur machen wollen, aber in allen oder einzelnen Fächern Kenntnisse vertiefen wollen, sind Sie uns ebenfalls willkommen.

Unterrichtszeiten:
Mo., Di. und Do. 18:15 - 21:30
Volkshochschule, Raum 303 und 102
Gesamtleitung: Thomas Ewald,
Tel. 0561-10031695
Beginn: 10.9.2012
Teilnahme ist nur möglich nach dem Besuch der Info-Veranstaltung oder nach persönlicher Rücksprache mit der Bereichsleitung, Tel. 0561-1003 1695 oder 0561-1003 1697. Auf diese Art und Weise stellen wir sicher, dass die Teilnehmenden die notwendigen Voraussetzungen erfüllen.

Abitur, Deutsch

K5001
Georg Prokopp
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 11.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
60 €

Abitur, Mathematik

K5002
Friedhelm Wende
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 303
Mo. 11.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
60 €

Abitur, Geschichte

K5003
Thomas Ewald
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Di. 12.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
60 €

Abitur, Biologie

K5004
Dr. Wolfgang Jacob
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Di. 12.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
60 €

Abitur, Englisch

K5005
Carsten Hennig
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
60 €

Abitur, Mathematik, Grundkurs

K5006
Friedhelm Wende
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30 / 15 Termine
gebührenfrei

Für **alle anderen Schulabschlüsse** ist in Kassel die **Abendschule** zuständig.
Dort können Erwachsene das Abitur, die Fachhochschulreife, den Realschulabschluss oder den Hauptschulabschluss erwerben.

Abendschule Kassel
Ysenburgstr. 41
34125 Kassel
Tel.: 0561- 87 40 54

E-Mail: sekretariat@abendschule-kassel.de
Internet: www.abendschule-kassel.de

Informationsveranstaltung zum Nachholen des Abiturs

An diesem Abend erhalten Sie alle notwendigen Informationen. Sollten Sie an dem Termin nicht können, verabreden wir uns gerne an einem anderen Tag mit Ihnen. Rufen Sie an unter 0561-10031695.
Thomas Ewald, Dr. Wolfgang Jacob
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mo. 4.2. / 18:00 - 19:00
gebührenfrei

Mathematik

Mathematik für die Oberstufe

Analysis I

In diesem Kurs werden Unterrichtsinhalte der E 1 , E 2 bzw. FOS 12 (vor allem die Differenzialrechnung) lebensnah behandelt. Ausgewählte Aufgaben zu Wachstumsprozessen, Steuer und Grenzsteuersatz, Materialminimierung, Abkühlungsgeschwindigkeit u.a. zeigen praxisnah, was mit Hilfe der Differenzialrechnung berechenbar ist.
Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer mit Schwierigkeiten in Mathematik können oft Aufgaben lösen, wenn der Rechenweg im Bezug zur Lebenswelt steht.
Für Klasse 9 und 10 ist der Kurs J 6500 „Mathenachhilfe“ geeignet.

K5010
Rudolf Daum
Kassel
Friedrichsgymnasium, Humboldtstr. 5
Do. 14.2. / 18:15 - 19:45 / 15 Termine
75 €

Rechtschreibung

Rechtschreibung und Zeichensetzung

Grundkurs

Geschriebenes wirkt wie eine Visitenkarte. Neben Stil und Inhalt ist daher eine gute Rechtschreibung wesentlich, um einen positiven Eindruck beim Empfänger zu hinterlassen. In diesem Kurs werden die wesentlichen Regeln der Rechtschreibung und Zeichensetzung geübt. Wünsche der Teilnehmenden werden hierbei berücksichtigt. Ziel des Kurses ist es, Sicherheit beim Schreiben zu erreichen.

K5012
Martina Henne
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Di. 5.3. / 18:30 - 20:45 / 7 Termine
82,50 €

Rechtschreibung und Zeichensetzung

Aufbaukurs

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die die Grundlagen der Rechtschreibung und Zeichensetzung bereits beherrschen und sich den schwierigen Fällen aus beiden Bereichen zuwenden wollen, z.B. in der Getrennt- und Zusammenschreibung und bei der Kommasetzung.
Ziel der Kurses ist es, auch bei den schwierigen Fällen mehr Sicherheit zu erreichen.

K5013
Martina Henne
Kassel
Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Raum H.16
Di. 7.5. / 18:30 - 20:45 / 7 Termine
Anmeldeschluss 26.4.
82,50 €

Kaufmännische Praxis

Buchführung

Grundkurs
An einfachen Beispielen mit vertiefenden Übungen wird Ihnen der Einblick in die praktische Buchführung vermittelt. Themen: Gesetzliche Grundlage, Buchungen auf Bestands- und Erfolgskonten (Bilanz, GuV).
Lehrbuch: Schmolke / Deitermann: Buchführung für Wirtschaftsschulen, Teil 1

K5019
Andreas Klauke
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.2. / 18:00 - 21:15 / 7 Termine
Mi. und Do. jeweils 18:00 - 21:15
Anmeldeschluss 6.2.
76 €
+ Kosten für Fotokopien

K5020
Hans-Jörg Lieberum
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Mo. 25.2. / 18:00 - 21:15 / 7 Termine
Anmeldeschluss 18.2.
76 €
+ Kosten für Fotokopien

K5021
Kompaktkurs
Hans-Jörg Lieberum
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mo. 8.7. / 8:30 - 13:15
Di. 9.7. / 8:30 - 13:15
Mi. 10.7. / 8:30 - 13:15
Do. 11.7. / 8:30 - 13:15
Fr. 12.7. / 8:30 - 13:15
5 Termine
Anmeldeschluss 18.6.
76 €
+ Kosten für Fotokopien

Aufbaukurs
Vertiefung von Buchführungskenntnissen mit folgenden Themen:
Abschreibung
Besonderheiten beim Warenein- und verkauf
Belegbuchführung
Privatkontenführung
Umsatz- und Vorsteuer
Weitere Themen nach Absprache.
Lehrbuch: Schmolke / Deitermann: Buchführung für Wirtschaftsschulen, Teil 1

K5022
Andreas Klauke
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mi. 13.3. / 18:00 - 21:15 / 7 Termine
Mi. und Do. jeweils 18:00 - 21:15
Anmeldeschluss 1.3.
76 €
+ Kosten für Fotokopien

Buchführung mit Lexware-Buchhalter

Wochenendseminar

Wenn Sie über gute Buchführungskenntnisse verfügen und mittels der Software Lexware-Buchhalter auf EDV umsteigen wollen, sind Sie in diesem Kurs richtig. EDV-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt, da nur die Anwendungsmöglichkeiten von Lexware-Buchhalter vermittelt werden.

K5023
Andreas Klauke
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 20.4. / 8:00 - 15:00
So. 21.4. / 8:00 - 15:00
2 Termine
Anmeldeschluss 15.4.
84 €
+ Kosten für Fotokopien

BüroPlus - Ein Warenwirtschaftssystem

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows
Wer über die Neuorganisation betrieblicher Abläufe nachdenkt, erhält in diesem Workshop einen Einblick in die Anwendungsmöglichkeiten eines Warenwirtschaftsprogramms.

Inhalt
- Artikelverwaltung und Lagerverwaltung
- Lieferanten- und Bestellwesen
- Adressverwaltung für Kunden und Lieferanten
- Vetreterverwaltung mit Artikelprovisionen
- Erfassung von Bestellungen, Packlisten, Lieferscheinen und Rechnungen
- Offene-Postenverwaltung mit Mahnwesen

Infos über weitere Möglichkeiten wie
- Datenübernahme sowie Import/Export von Daten
- Kassenanbindungen (Kassendisplay, Bondrucker, Scanner, Schublade)
- Online-Shop und ebay Anbindung
- Lohnabrechnung und Finanzbuchhaltung

Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter
www.microtech.de/produkte

K5024
Nasser Sanati
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 17.5. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 8.5.
48 €

K5025
Nasser Sanati
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 20.4. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 9.4.
48 €

Sprachen für den Beruf siehe Programmbereich Sprachen

Persönlichkeitsentwicklung/ Management für Privat- und Berufsleben

Diese Angebote stellen vielfältige methodische Ansätze und Konzepte vor. Sie dienen der Orientierung und Erweiterung des eigenen Wissens, Ihrer Erfahrung und Weiterentwicklung im beruflichen und privaten Zusammenhang.

Business Knigge - Benimm ist wieder in

Tagesseminar

Bestens ausgebildete Fachkräfte, Spezialisten und gestandene Menschen im Beruf geraten ins Schwitzen bei Fragen wie: „Wer zuerst? Wer geht im Unternehmen voran, wer stellt wen vor, wer begrüßt wen zuerst?"
Gute Umgangsformen sind heute wieder gefragt. Mit „steifer Etikette" haben diese schon lange nichts mehr zu tun. Vielmehr geht es in diesem Tagesseminar um Sicherheit und Stil im Umgang mit Kunden, Geschäftspartnern und Kollegen als Teil der sozialen Kompetenz.
Inhalt
- Die Macht des ersten Eindrucks
- Grüßen, Begrüßen, Vorstellen, Bekannt machen
- Stilvolle Umgangsformen von A(uto) bis Z(ahlen im Restaurant)
- Moderne Tischkultur - Umgangsformen à la carte
- Kleidung als Erfolgsfaktor
- Smalltalk - Das kleine Gespräch mit der großen Wirkung

K5027
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
So. 5.5. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 23.4.
36 €

K5028
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
So. 17.3. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 5.3.
36 €

„Mit Kindern kommt Leben in die Bude..."

Der Landkreis Kassel bietet in Kooperation mit der vhs-Region Kassel für Interessierte, mit Wohnsitz im Landkreis, Qualifizierungskurse zur Kindertagespflege an.
Haben Sie Interesse an einer Tätigkeit als Tagesmutter/Tagesvater? Wir beraten Sie gerne:
Fachstelle Kindertagespflege
Gabi Lengemann, Tel. 0561 1003-1410
Christine Lachmann, Tel. 0561 1003-1417

Xpert personal business skills

Xpert personal business skills ist ein Lehrgangssystem, das Kenntnisse und Fähigkeiten zu wesentlichen Schlüsselkompetenzen in Beruf und Ehrenamt vermittelt. Es gibt die Bereiche „reden und verhandeln", „zielgerichtet präsentieren", „effektiv planen und organisieren" und „Gruppenprozesse moderieren". Diese Bereiche sind in zwölf Einzeltrainings aufgeteilt, die als Kurse oder Wochenendseminare in den Volkshochschulen angeboten werden, die aber auch für Firmen, Verwaltungen und Organisationen maßgeschneidert werden können.
Als Wochenendseminare bietet die vhs Region Kassel die nachfolgend aufgeführten Kurse an. Zu jedem Seminar kann eine Prüfung durchgeführt werden. Die Teilnahme ist freiwillig. Für jede bestandene Prüfung gibt es ein Einzelzertifikat. Nach drei bestandenen Prüfungen aus zwei verschiedenen Kernkompetenzen Ihrer Wahl wird das Zertifikat „Xpert Personal Business Skills" erworben.
Nach zwei weiteren Prüfungen wird das Zertifikat „Xpert Personal Business Skills Pro" erteilt. Durch das Absolvieren einer Zusatzleistung kann schließlich der Abschluss „Xpert Business Skills Master" erreicht werden.

Weitere Informationen bei Thomas Ewald, vhs Region Kassel, Tel. 0561-10031695, und bei den Volkshochschulen Schwalm-Eder, Tel.05681-775404, und Waldeck-Frankenberg, Tel. 06451-728614.

Xpert Besprechungen erfolgreich moderieren

Wochenendseminar

Nutzen und Anwendungsbereiche der Moderation, die Rolle des Moderators, Moderationsmethoden und -ziele, effektive Visualisierung, Medieneinsatz, Moderationsfragen, Verhaltensweisen und Maßnahmen zur Steuerung des Gruppenprozesses, Techniken zur Gesprächsführung und zum Konfliktmanagement.

K5030
Cordula Ruse
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Sa. 9.3. / 9:00 - 16:00
So. 10.3. / 9:00 - 16:00
2 Termine
Anmeldeschluss 4.3.
102,50 €
inkl. 12,50 EUR Lehrbuch

Xpert Konflikte in Gruppen lösen

Wochenendseminar

Ziel des Seminars ist es, das problemorientierte Konfliktlösungsmodell anwenden zu können.
Dazu gibt es eine allgemeine Einführung in die Theorie des Konfliktmanagements, wobei der Schwerpunkt auf der Konfliktanalyse liegt. Die problemorientirete Konfliktlösung und ihre Anwendung und Erprobung wird unter folgenden Aspekten behandelt:
Ursachenvernetzug von Konflikten, Eskalation von Konflikten, kompetenter Konfliktstil.
Das Seminar findet an zwei Wochenenden statt und gibt den Teilnehmenden somit Gelegenheit, bestimmte Aspekte anhand des Lehrbuches in der Zeit zwischen den Terminen zu vertiefen.

K5031
Christiane Grysczyk
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Sa. 16.3. / 9:00 - 16:00
So. 17.3. / 9:00 - 16:00
2 Termine
Anmeldeschluss 11.3.
102,50 €
inkl. 12,50 EUR Lehrbuch

Besprechungen effektiv vorbereiten, durchführen und nachbereiten

In Teambesprechungen oder bei Kundengesprächen führt eine gute Moderation dazu, die gewünschten Ziele mit möglichst geringem Aufwand zu erreichen. Nutzen Sie Ihr Engagement und ihre Arbeitszeit zielführend und ergebnisorientiert!
Sie erlernen grundlegende Techniken einer erfolgreichen Moderation, üben gängige Kreativitätsrechniken situationsgerecht einzusetzten und einschätzen, welche Medien die angemessenen sind.
Praxisorientierte Tipps, wie Sie mit Lampenfieber, Blackouts und schwierigen Teilnehmern umgehen, runden diesen Kurs inhaltlich ab.
Inhalt
- Grundlagen der Moderation
- Die Rolle des Moderators
- Vorbereitung, Planung und Aufbau
- Moderationsablaufplan erstellen
- Einsatz von Kreativitätstechniken
- Einsatz von Medien
- Umgang mit schwierigen Situationen
- Nachbereitung

K5032
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Mo. 22.4. / 8:30 - 15:45
Di. 23.4. / 8:30 - 15:45
2 Termine
Anmeldeschluss 9.4.
72 €

K5033
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 25.5. / 9:00 - 16:15
So. 26.5. / 9:00 - 16:15
2 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
72 €

Coaching

Klarheit und Zufriedenheit im Beruf

Herausforderungen oder das Fehlen von Herausforderung, Konflikte oder unklare Situationen erfordern manchmal Innehalten und Umdenken. Mut, Authentizität und das volle Potential sind gefordert. Wir bieten Kreativität, Humor und unsere Erfahrungen aus den unterschiedlichen Berufsfeldern, um Wahrnehmungsfähigkeit und Intuition weiter zu entwickeln. Methodisch stehen z. B. das „Innere Team" und das „Reflecting Team" zur Verfügung, um eigene Themen aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten, neue Ideen und Lösungswege für Konflikte zu finden. Aktive Mitarbeit und die Bereitschaft, eigene Themen aus Beruf oder Privatleben einzubringen, sind Vorraussetzung für die Teilnahme.

K5034
Cristina Wild, Ärztin/Psychotherapeutin, Axel Schulz, Unternehmensberater, Coach
Kassel
Praxis Wehlheiden
Verbindliche Vorbesprechung: Di. 5.3., 20:00 - 21:30, Volkshochschule, Kleiner Saal
Di. 12.3., 19.3, 9.4., 16.4., 23.4. und 7.5. / 20:00 - 22:00, 7 Termine
104 €
+ Raumnutzung an Kursleitung 8 €

Ich und „mein" Team

Kommunikation - Innen und Außen

Wochenendseminar

Kommunikation ist eine soziale Schlüsselkompetenz. Um gut kommunizieren zu können, ist es wichtig, zwei der Hauptaspekte zu kennen: die Wahrnehmung nach innen zu sich selbst und nach außen zum anderen. Wer diese zwei Seiten der Kommunikation in Einklang bringt, wird als authentisch und klar empfunden. Sie lernen u. a., Ihr „Inneres Team" nach dem Modell von Schulz-von-Thun kennen und sinnvoll anzuwenden.
Dieses Seminar richtet sich an Menschen, die Teams und Arbeitsgruppen im Berufs- oder Privatleben leiten und ein klares Persönlichkeitsmodell für sich selbst entwickeln wollen.
Seminarunterlagen sind im Kurs für 4 € erhältlich.

Fortbildungsangebote in Kooperation und Auftragsmaßnahmen

Für pädagogische Fachkräfte und Personen, die in spezifischen Tätigkeitsfeldern wie der Kindertagespflege, im Schulsekretariat oder in Grundschulen im Bereich Betreuung tätig sind, werden von uns Angebote außerhalb dieser semesterbezogenen Veröffentlichung geplant und durchgeführt.
Weitere Informationen zu branchenspezifischen Fortbildungsangeboten bei Elfriede Schäth, Tel: 05692-987-3193, elfriede-schaeth@landkreiskassel.de
und
Kerstin Podewils, Tel.: 0561-1003-1693, kerstin-podewils@landkreiskassel.de

K5035
Axel Schulz, Unternehmensberater, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Fr. 19.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 20.4. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 15.4.
57,50 €

Teamentwicklung

Ich packe meinen Methodenkoffer

Wochenendseminar

Der Berufsalltag macht die Zusammenarbeit von Mitarbeitenden aus verschiedenen Funktions- / Tätigkeitsbereichen notwendig. Nicht zwangsläufig entsteht ein effektives Team. Oft bedarf es der Steuerung des Entwicklungsprozesses durch Führungskräfte, damit die unterschiedlichen Fähigkeiten der Teammitglieder und deren individuellen Sichtweisen Eingang finden für den Erfolg des Teams. Für Führende in allen Hierarchieebenen ist das Wissen um Steuerungsfaktoren von entscheidender Bedeutung und unerlässliches Handwerkszeug. An eigenen Fallbeispielen werden konkrete Methoden zur Teamentwicklung eingeübt. Sie haben die Möglichkeit, ihre eigene Position als Teamleitung zu entwickeln und eigene Schritte in der Teamentwicklung zu reflektieren. Die Bereitschaft, an eigenen Themen zu arbeiten und eigene Fallbeispiele einzubringen, wird vorausgesetzt.
Seminarunterlagen sind im Kurs für 4 € erhältlich.

K5036
Axel Schulz, Unternehmensberater, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Fr. 15.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 16.3. / 10:00 - 18:00
Anmeldeschluss 11.3.
57,50 €
+ 4 € Seminarunterlagen an Kursleitung

Erfolgreiches Telefonieren im Beruf

Grundkurs

Wochenendseminar

In Form von praxisorientierten Rollenübungen werden Verbesserungen der professionellen Gesprächsführung am Telefon erarbeitet. Für den individuellen Bedarf der Teilnehmenden werden Gesprächsleitfäden erprobt. Die eigene Wirkweise beim Telefonat wird optimiert, das Ziel ist das Telefonieren aus einer entspannten inneren Haltung in jeder Situation. Nicht nervender Streit steht im Mittelpunkt der Kommunikation mit schwierigen Kunden, sondern das Bemühen, den Kunden zu verstehen und Spannungen abzubauen. Die Teilnehmenden erfahren in diesem Seminar, wie sie verbissene Auseinandersetzungen bereits im Ansatz vermeiden. Sie üben, sich für Konfliktauslöser zu sensibilisieren und nicht die Angriffs-/ Verteidigungsstrategie zu wählen.
Die psychologischen Hintergründe der Gesprächsführung werden erläutert, um weitere Orientierungshilfen zu geben.
Ein Skript der Seminarinhalte ist zum Preis von 5 € beim Dozenten erhältlich.

K5037
Axel Schulz, Unternehmensberater, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Fr. 12.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 13.4. / 10:00 - 18:00
2 Termine
Anmeldeschluss 8.4.
66 €
+ 4 € Material an Kursleitung

Telefon-Coaching - Umgang mit der eigenen Unzufriedenheit in schwierigen Gesprächssituationen

Wochenendseminar

Das Seminar richtet sich an Teilnehmende, die den Grundkurs Telefontraining schon besucht haben oder sich fortgeschritten fühlen.
In Form von praxisorientierten Rollenübungen werden an Hand von Fallbeispielen, die die Teilnehmenden aus ihren eigenen Erfahrungen mitbringen, Verbesserungen in der Professionalisierung erarbeitet. Für den individuellen Bedarf der Teilnehmenden werden Gesprächsleitfäden und Techniken erarbeitet und erprobt. Theoretische Inputs bieten die Basis zur Selbstanalyse und setzen Impulse zu den jeweiligen Themenbereichen. Die eigene Wirkweise beim Telefonat wird optimiert. Ziel ist das Telefonieren aus einer entspannten inneren Haltung in jeder Situation.
Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern und -siuationen:
Nicht nervender Streit steht im Mittelpunkt der Kommunikation mit schwierigen Kunden, sondern das Bemühen, den Kunden zu verstehen und Spannungen abzubauen. Die Teilnehmenden erkennen ihren Kommunikationsstil und wie sie verbissene Auseinandersetzungen bereits im Ansatz vermeiden. Sie üben, sich für Konfliktauslöser zu sensibilisieren und zu vermeiden, in die Angriffs-/ Verteidigungsstrategie zu verfallen. Techniken zum Umgang mit Ärger und zum positiven Selbstmanagement in schwierigen Situationen werden vermittelt und ausprobiert (respektvoll Grenzen setzen).

K5038
Axel Schulz, Unternehmensberater, Coach
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Fr. 26.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 27.4. / 10:00 - 18:00
2 Termine
Anmeldeschluss 22.4.
66 €
+ 4 € Material an Kursleitung

Augenentspannung am PC

Die Arbeit am Computer bedeutet Schwerstarbeit für die Augen. Brennende und müde Augen sind die Folge, häufig sogar auch Schmerzen und Sehverschlechterung. Sie erhalten Einblick in die Anatomie des Auges und lernen effektive Übungen, mit denen Sie Ihre Augen entlasten können. So „gerüstet" können Sie in Alltag und Beruf trotz Bildschirmarbeit Ihren Augen leicht etwas Gutes tun. Der Kurs ist auch für „Vielleseende" geeignet.

K5039
Katja Schirakowski
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Fr. 19. und 26.4., 17:30 - 19:45
2 Termine
Anmeldeschluss 5.4.
22,50 €

Zeitmanagement mit Outlook

Termine, Termine und eine Flut von E-Mails

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows und Outlook
Lernen Sie verschiedene Methoden und Techniken des Zeitmanagements und deren effektive Umsetzung in Ihren Alltag mit Outlook kennen.
Inhalt
- Ziele formulieren und Umsetzung planen
- Prioritäten setzen
- Zeitfallen erkennen
- Termine eintragen, ändern und verschieben
- Aufgaben anlegen und strukturieren
- E-Mail-Management

K5045
Tagesseminar
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Sa. 16.3. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 5.3.
48 €

K5046
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 5.3. / 18:00 - 21:00
Di. 12.3. / 18:00 - 21:00
2 Termine
Anmeldeschluss 26.2.
48 €

Effektiver lernen - effektiver arbeiten

Bildungsurlaub

Lebenslanges Lernen zählt heute zu den grundlegenden Erfordernissen im Berufsleben. Täglich kommen neue Informationen und neues Wissen zu unseren vorhandenen Kenntnissen und Fertigkeiten hinzu. Es lohnt, Strategien zu entwickeln, um diese große Wissensmenge zu kanalisieren.
Nutzen Sie diese Woche und lernen Sie verschiedene Techniken kennen und erproben Sie deren praktische Umsetzung.
Inhalt:
- die unterschiedlichen Lerntypen und Lernstrategien
- Schnelllese-Techniken
- Zeitmanagement und Umsetzung u. a. mit Outlook
- strukturierte Notizen und Mind-Mapping
- Merktechniken

Daneben wollen wir erkunden, wie Medien, Politik und Marketing uns ihre Inhalte so präsentieren, dass wir sie behalten - ob wir wollen oder nicht.

K5047
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Mo. 15.7. - Fr. 19.7. / 5 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
180 €

L5048
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.11. - Fr. 15.11. / 5 Termine
Anmeldeschluss 17.9.
180 €

Effektiver lernen - effektiver arbeiten - Zeit „sparen“

und mehr Freude beim Lernen und Arbeiten gewinnen

Ferienkurs

Oft macht man sich das Leben durch eine unstrukturierte und wenig durchdachte Arbeitsweise unnötig schwer. Soll es leichter werden im Beruf, in Schule und Studium? Erproben Sie praktische Techniken:
- effiziente Arbeitsorganisation und Arbeitsplanung
- erfolgreiche Lern- und Memomethoden
- gewinnbringende Kommunikation

K5049
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Mo. 8.7. / 14:00 - 17:00
Di. 9.7. / 14:00 - 17:00
Mi. 10.7. / 14:00 - 17:00
3 Termine
Anmeldeschluss 18.6.
60 €

Kopf oder Zettel? Gedächtnis- und Konzentrationstraining vgl. Programmbereich 3, Kurs K3034

Kommunikationstraining für Frauen

Kommunizieren - Argumentieren - Verhandeln

Nur ein Teil Ihres beruflichen Erfolges resultiert aus Ihrer fachlichen Kompetenz. Die eigene Persönlichkeit verbal und körpersprachlich optimal in Szene setzen und zum richtigen Zeitpunkt die richtigen Worte finden. Das Wort ergreifen und den eigenen Standpunkt vertreten. Gespräche besser im „eigenen Sinn“ gestalten und Verhandlungen sicher führen.
- Sicheres Auftreten: Körpersprache richtig interpretieren und gezielt einsetzen
- Männliches und weibliches Kommunikationsverhalten
- Argumentationstechniken
- Nein sagen können
- Verhandlungstechniken

K5051
Andrea May
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 103
Fr. 8.3. / 9:00 - 12:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 26.2.
72 €

K5052
Wochenendseminar
Andrea May
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 26.4. / 18:00 - 21:00
Sa. 27.4. / 10:00 - 17:00
So. 28.4. / 10:00 - 15:00
3 Termine
Anmeldeschluss 16.4.
72 €

Zielorientierte Kommunikation in Stresssituationen

Damit es nicht kracht - gelassen und souverän auch in heiklen Situationen

Wochenendseminar

Unerwartete Angriffe und Provokationen fegen das Gehirn leer und rauben die Worte. Ist Stress im Spiel, fällt es in Gesprächen und Besprechungen manchmal schwer, eigene Anliegen gezielt auszudrücken. Die richtigen Antworten und Argumente fallen uns erst hinter her wieder ein. Das Seminar bietet Reflexion und Techniken, um sich in Zukunft mit gutem Gefühl an solche Gespräche zu wagen.
Lernen Sie neben den kommunikativen Grundlagen die gezielte Vorbereitung und Durchführung von heiklen Gesprächen. Erkennen Sie, wann sie autoritär und wann sie partnerschaftlich auftreten können. Lernen Sie, mit Emotionen umzugehen und Killerphrasen zu entschärfen.
Inhalt
- Zusammenhang von Stress und Kommunikation
- Die eigene Position verständlich und überzeugend darstellen
- Eigene Stärken und Entwicklungspotenziale in der Gesprächsführung erkennen
- Umgang mit Einwänden und „Killer-Sätzen“
- Argumentations- und Überzeugungsstrategien
- Mit Spannungen und Konflikten gelassener umgehen

K5054
Andrea May
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Fr. 15.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 16.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 5.3.
48 €

K5055
Andrea May
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Fr. 1.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 2.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.2.
48 €

Überzeugen durch persönliche Wirkung und Rhetorik

... und plötzlich hört Dir jeder zu!

Wochenendseminar

Inhalte sprechen nicht für sich selbst, sie müssen erst ins rechte Licht gerückt werden. Wir können lernen, unsere Stimme angenehm klingen zu lassen, unsere Präsenz aufzubauen und uns ein überzeugendes Auftreten anzueignen. Darüber hinaus lernen wir, die Stärken unserer persönlichen Wirkung gekonnt und gezielt einzusetzen sowie den Präsentationsinhalt optimal strukturiert und überzeugend zu vermitteln. Der bewusste Vergleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie das Erkennen eigener Stärken und Schwächen können uns darin unterstützen, das eigene Selbstbild zu finden und zu festigen. Die so gewonnenen Erfahrungen tragen zum erfolgreichen Auftritt im beruflichen Alltag bei.

Inhalt:
- Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Berufliche Stärken und Schwächen
- Einflussfaktoren auf Wahrnehmung und persönliche Wirkung
- Stimme und Körpersprache als Ausdrucksmittel
- Das Ziel fest im Visier: das Wunschergebnis als Ausgangspunkt der Vorgehensweise

K5056
Andrea May
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 22.3. / 18:00 - 21:00
Sa. 23.3. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.3.
48 €

K5057
Andrea May
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Raum 102
Fr. 3.5. / 18:00 - 21:00
Sa. 4.5. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 23.4.
48 €

Kreative Arbeitssuche
Wochenendseminar

Mehr und mehr Menschen müssen oder wollen sich beruflich verändern. Doch nur 25% der freien Stellen auf dem Arbeitsmarkt sind überhaupt ausgeschrieben, 75% werden direkt vergeben. Wie können Sie Zugang zu diesem Anteil des Arbeitsmarktes bekommen? Bei der kreativen Arbeitssuche geht es zunächst darum, sich der eigenen Interessen, Kompetenzen und Wünsche bewusst zu werden. Danach ist das Finden möglicher Berufsfelder Thema. Sie erlernen Methoden, um die für Sie passenden Berufsfelder zu erforschen und zu erkennen, welche Qualifikationen notwendig sind. Im dritten Schritt lernen Sie, Informationsgespräche zu führen und sich in dem für Sie relevanten Tätigkeitsfeld bekannt zu machen.
Ziel ist es, den „Spieß umzudrehen", die Unübersichtlichkeit des Arbeits- und Bildungsmarktes zu überwinden, auf der Basis der eigenen Fähigkeiten Netzwerke aufzubauen und auf Arbeitgeber zuzugehen.
Mit dem Seminar „Kreative Arbeitssuche" bieten wir Ihnen methodisches Handwerkszeug und individuelle Begleitung über die Kompetenz- und Bildungsberatungsarbeit im Hessencampus Kassel.

K5075
Elfriede Schäth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 308
Sa. 13.4. / 10:00 - 17:00
So. 14.4. / 10:00 - 13:00
Sa. 27.4. / 10:00 - 13:00
3 Termine
Anmeldeschluss 5.3.
70 €
Gebührenermäßigung auf Anfrage

EDV

Die Volkshochschule Region Kassel bietet Ihnen ein breit gefächertes Angebot auf hohem Niveau. Sie können mit uns in die EDV einsteigen und Sie können ebenso Ihre Kenntnisse in Aufbaukursen vertiefen und zertifiziertes EDV-Wissen erwerben.

Auf Ihren Wunsch richten wir gerne zusätzliche Fortbildungen auch für kleine Gruppen oder Einzelunterricht ein; bei uns oder auch als Inhouse-Schulungen bei Ihnen. Einige Seminare können wir auch in Englischer Sprache vermitteln.

Unser Kursangebot basiert weitgehend auf den Betriebssystemen Windows XP, Windows 7 und Mac OS X (Snow Leopard). Seminare zu Microsoft Office-Anwendungen bieten wir in der Version 2010 an.

Den Kursbeschreibungen können Sie entnehmen, ob und welche Kenntnisse vorausgesetzt werden. Rufen Sie uns an, falls Sie eine Beratung zur Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse wünschen oder Fragen zur eingesetzten Version oder zum Kurssystem haben. Wir beraten Sie gern.

Programmbereichsleitungen EDV

H.-Friedrich Lammers
Tel. 0561-10031687
friedrich-lammers@landkreiskassel.de

Elfriede Schäth
Tel. 05692-9873193
elfriede-schaeth@landkreiskassel.de

Zertifiziertes EDV-Wissen

Lehrgangssystem Xpert
Europäischer ComputerPass

Das europaweit anerkannte modulare Lehrgangssystem Xpert vermittelt umfassende Kenntnisse und praktische Fertigkeiten mit gängigen Anwenderprogrammen im Microsoft Office-Bereich. Jedes Modul schließt mit einer Prüfung ab und wird mit einem Xpert-Zertifikat dokumentiert.

Nach erfolgreichem Abschluss des Pflichtmoduls „Xpert Starter" plus zwei Wahlbausteinen wird der Abschluss zum „European Computer Passport Xpert" erreicht. Nach Absolvieren weiterer zwei Wahlbausteine wird der Abschluss „European Computer Passport Xpert Master" erworben. Für den Abschluss „European Computer Passport Xpert" und „European Computer Passport Xpert Master" gilt jeweils eine Zeitvorgabe von 18 Monaten. Die Volkshochschule Region Kassel bietet zurzeit folgende Module an:

- Textverarbeitung Basics
- Textverarbeitung Pro
- Tabellenkalkulation
- Präsentation
- Datenbank-Management

Xpert-Prüfungen müssen gesondert gebucht werden und können auch ohne Kursteilnahme absolviert werden.

Weitere Infos auch im Internet
www.gutgebildet.de

Software zum guten Kurs!

Günstige Software-Lizenzen für Kurs-Teilnehmende an der vhs Region Kassel

Die Volkshochschule Region Kassel vermittelt Ihnen nicht nur das Know-How, sondern auch die passenden Werkzeuge. Sie können Software für Windows-Rechner und auch für Macs zu sehr günstigen Preisen erwerben. Der Einsatz der Software darf nur im privaten Bereich liegen. Voraussetzung ist eine aktuelle Teilnahmebescheinigung eines vhs-Kurses aus den Themenbereichen „EDV und Beruf" oder „Sprachen".

Ausgewählte Softwarebeispiele:

Microsoft Office 2010 Professional Plus (solange der Vorrat reicht)	95 €
Corel Draw Graphics Suite X6	99 €
Corel VideoStudio Pro X5	39 €
Paint Shop Pro X4 Schulversion	39 €
Wacom Bamboo Fun Pen & Touch (Small)	82 €
Wacom Bamboo Fun Pen & Touch (Medium)	159 €
Adobe Photoshop CS6 Extended	199 €
Adobe Creative Suite 6 Design Standard	249 €
Adobe Creative Suite 6 Design & Web Premium	349 €

Für den Erwerb von Adobe-Produkten gelten besondere Bedingungen.
Ein Bezug dieser Produkte ist auch nur möglich über
www.dvv-vhs.de/adobe

Alle genannten Preise verstehen sich inkl. Mehrwertsteuer, zzgl. Versand, Stand 29.11.12.

Den jeweils aktuellen Stand und weitere Informationen erfahren Sie von den Programmbereichsleitungen EDV
oder vom
cobra Info-Team
Tel. 07531-892360 und im Internet
http://www.cobra-shop.de/vhs
Dort finden Sie weitere Software (für Windows-Rechner und auch für Macs) und aktuelle Sonderangebote.

Wir setzen auf HERDT Schulungsmaterialien
www.herdt.com

EDV-Einstieg

Apple Mac OS X Grundkurs

Keine Vorkenntnisse erforderlich - Nur für Apple-Mac Anwender geeignet
Der Apple-Mac Computer ist mehr als nur eine Alternative zum Windows-PC. Das Betriebssystem OS X und die mitgelieferten Programme bieten für die meisten alltäglichen Aufgaben bereits geeignete Lösungen. Geschult wird auf Mac OS X 10.6 Snow Leopard. Unterschiede zu OS X 10.8 Mountain Lion werden vorgeführt.
Inhalt
- Maus und Tastatur bedienen
- Kurzbefehle kennenlernen
- Desktop, Menüleiste und „Dock" nutzen
- Finder, Dateien speichern, umbenennen und sortieren
- Adressbuch und Kalender einrichten
- Im Internet mit dem Safari-Browser

K5100
Jörg Bollerhey
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mo. 11.2. / 18:00 - 20:15 / 6 Termine
96 €

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Apple/Mac Stammtisch

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse in Mac OS 10.x - Nur für Apple-Mac Anwender geeignet
In lockerer Runde sollen Themen rund um den Mac miteinander ausgetauscht werden. Tipps und Tricks werden in Miniworkshops kurz vorgestellt und können dann individuell oder in der Gruppe vertieft werden.
Inhalt
- Was ist neu in OS X 10.8 (Mountain Lion)?
- Freie Themenwahl

Geschult wird auf Mac OS X 10.6 Snow Leopard. Der Kurs ist auch für Anwender von OS X 10.5 (Leopard) und OS X 10.7 (Lion) geeignet.

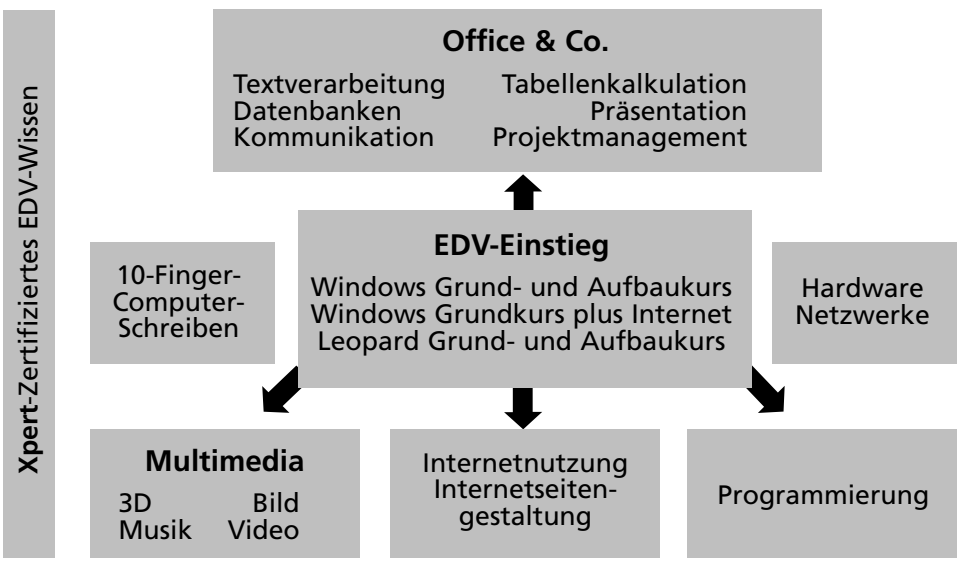
K5102
Jörg Bollerhey
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mo. 8.4. / 18:00 - 20:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 30.3.
90 €
Eigene Geräte können mitgebracht werden.

Umstieg vom Windows-PC auf einen Apple-Mac

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Windows-Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage) - Für Umsteiger auf einen Mac
Es gibt verschiedene Gründe, von einem PC auf einen Mac zu wechseln. Der Rechner mit dem Apfel bietet Eleganz, Virenschutz und clevere Programme. Ein Überblick über Gemeinsamkeiten und Differenzen der Windows- und der Mac-Welt schafft die Voraussetzung für ein Umsteigen. Lernen Sie in diesem Kurs die faszinierenden Möglichkeiten eines Macs kennen.
Inhalt
- Betriebssystem OS X 10.6 (Snow Leopard)
- Finder, Datenverwaltung, Dock
- Tastaturkürzel, Menüs, Spotlight, Bootcamp
- Integrierte Programme (iTunes, iPhoto, Mail, Adressbuch, Safari & Co.)
- PDF Dateien generieren, Backups erstellen, CDs/DVDs brennen
- Schriftenverwaltung
- Datenaustausch zwischen PC und Mac
- Viren am Mac...!?
- Fragen, Tipps und Tricks

EDV-Kurse auf einen Blick



K5103
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 20.4. / 9:00 - 16:30
So. 21.4. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 13.4.
90 €

Maus- und Tastaturtraining für Ältere

Tagesseminar

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Die Welt der Computer interessiert Sie und Sie möchten diese endlich auch selbst nutzen? Mit PC und Internet holen wir uns die Welt ins Haus, auch wenn wir irgendwann vielleicht nicht mehr ganz so mobil sind wie heute. In kleinen Schritten, ganz ohne Eile und ohne Stress, lernen Sie den Umgang mit der Tastatur und mit der Maus kennen.
Inhalt
- Die Tastatur kennenlernen
- Mit der Tastatur den Computer bedienen
- Umgang mit der Maus: klicken und ziehen
- Die Maus langsamer oder schneller einstellen

K5104
Irmgard Bardo
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 25.2. / 9:00 - 12:30
Anmeldeschluss 18.2.
24 €
+ Kopien 2 €

Windows Grundkurs

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Inhalt
- Hardware und Software unterscheiden
- Betriebssystem und Anwendungen unterscheiden
- Unterschiedliche Speichermedien kennenlernen
- Maus und Tastatur bedienen
- Desktop und Taskleiste kennenlernen
- Fenstertechnik beherrschen
- Einstieg in die Textverarbeitung
- Den Windows-Explorer kennenlernen

K5106
Windows XP
Gottfried Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 8.4. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 30.3.
96 €

K5113
Für ältere Frauen
Windows XP
Monique Goumet
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 27.2. / 9:00 - 13:30
Fr. 1.3. / 9:00 - 13:30
Mi. 6.3. / 9:00 - 13:30
3 Termine
Anmeldeschluss 20.2.
96 €
+ Skript 2,50 €

K5114
Für Ältere
Windows XP
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Di. 9.4. / 9:00 - 11:30
Do. 11.4. / 9:00 - 11:30
Di. 16.4. / 9:00 - 11:30
Do. 18.4. / 9:00 - 11:30
Di. 23.4. / 9:00 - 11:30
Do. 25.4. / 9:00 - 11:30
Di. 30.4. / 9:00 - 11:30
7 Termine
Anmeldeschluss 2.4.
142 €
Inkl. Fachbuch

K5115
Für Ältere
Windows 7
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Mo. 11.2. / 9:00 - 11:30
Mi. 13.2. / 9:00 - 11:30
Mo. 18.2. / 9:00 - 11:30
Mi. 20.2. / 9:00 - 11:30
Mo. 25.2. / 9:00 - 11:30
Mi. 27.2. / 9:00 - 11:30
Mo. 4.3. / 9:00 - 11:30
7 Termine
142 €
Inkl. Fachbuch

K5120
Wochenendseminar
Windows 7
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 4.5. / 9:00 - 16:30
So. 5.5. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 27.4.
90 €
+ Skript 2 €

K5123
Für Ältere
Windows 7
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 5.3. / 14:00 - 17:00
Do. 7.3. / 14:00 - 17:00
Di. 12.3. / 14:00 - 17:00
Do. 14.3. / 14:00 - 17:00
Di. 19.3. / 14:00 - 17:00
5 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
120 €

K5125
Für Ältere
Thomas Deckert
Niestetal-Heiligenrode
Wilhelm-Leuschner-Schule, Karl-Marx-Str.
Di. 19.2. / 14:30 - 17:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
120 €

K5127
Für Ältere
Windows 7
Irmgard Bardo
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 21.2. / 13:45 - 16:45 / 5 Termine
Anmeldeschluss 14.2.
120 €

Windows Grundkurs plus Internet

Keine Vorkenntnisse erforderlich
- Hardware und Software unterscheiden
- Betriebssystem und Anwendungen unterscheiden
- Maus und Tastatur bedienen
- Unterschiedliche Speichermedien kennenlernen
- Fenstertechnik beherrschen
- Den „Arbeitsplatz" von Windows verstehen
- Einstieg in die Textverarbeitung
- Einstieg in die Internetnutzung

K5140
Windows XP
Birgitt Müller
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Di. 19.2. / 8:30 - 12:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
144 €
+ Skript/Kopien 2 €

K5145
Für Frauen
Windows 7
Dörthe Stein
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Mi. 27.2. / 8:30 - 11:45 / 6 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
144 €

K5152
Windows 7
Katja Schirakowski
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mi. 17.4. / 8:30 - 11:45 / 6 Termine
Anmeldeschluss 2.4.
144 €

Xpert
Europäischer ComputerPass

ECP Xpert

Xpert Starter
plus zwei Wahlbausteine

ECP Xpert Master

ECP Xpert
plus zwei Wahlbausteine

Wahlbausteine

Textverarbeitung Basics
Textverarbeitungo Pro
Tabellenkalkulation
Präsentation
Datenbank-Management
Kommunikation

Windows Aufbaukurs

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Erfahrungen
Inhalt
- Mit dem Windows-Explorer arbeiten
- Den Desktop professionell bedienen
- Einstieg in die Systemsteuerung
- Die Zwischenablage nutzen
- Arbeiten mit Paint
- Anwendungen und Windows mit der Tastatur bedienen
- Datensicherheit

K5181
Für Ältere
Windows 7
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Mo. 18.3. / 9:00 - 11:30
Mi. 20.3. / 9:00 - 11:30
Mo. 8.4. / 9:00 - 11:30
Mi. 10.4. / 9:00 - 11:30
Mo. 15.4. / 9:00 - 11:30
Mi. 17.4. / 9:00 - 11:30
Mo. 22.4. / 9:00 - 11:30
7 Termine
Anmeldeschluss 11.3.
126 €

K5182
Wochenendseminar
Windows 7
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 15.6. / 9:00 - 16:30
So. 16.6. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 8.6.
90 €
+ Skript 2 €

Verflixt, wo ist die Datei?

Daten besser ablegen und wiederfinden

Vorkenntnisse: Erste Erfahrungen am PC
Schaffen Sie sich ein Ablagesystem, das Ihnen einen schnellen Zugang zu Ihren Daten erlaubt!
Inhalt
- Eine sinnvolle Ablagestruktur entwickeln
- Ordner anlegen, kopieren, verschieben, umbenennen und löschen
- Dateien benennen, speichern und umbenennen
- Dateien sortieren und suchen

- Schneller Zugriff auf wichtige Dokumente und Ordner (Verknüpfungen auf dem Desktop)

K5191
Windows 7
Evgenia Gostrer
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Do. 21.2. / 18:15 - 21:30 / 2 Termine
Anmeldeschluss 14.2.
48 €

Blended learning mit Moodle

Informationsveranstaltung

Blended Learning ist ein integriertes Lernkonzept, das die heute verfügbaren Möglichkeiten der Vernetzung über Internet oder Intranet in Verbindung mit 'klassischen' Lernmethoden und -medien in einem sinnvollen Lernarrangement optimal nutzt. Es ermöglicht Lernen, Kommunizieren, Informieren und Wissensmanagement losgelöst von Ort und Zeit in Kombination mit Erfahrungsaustausch, Rollenspiel und persönlichen Begegnungen im klassischen Präsenztraining. Kurz gesagt, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben zusätzlich zu den Treffen in der vhs die Möglichkeit zu Hause am PC zu lernen und sind online verbunden mit Ihrem „Kursleiter". Zu dieser Online-Begleitung zum vhs-Kurs nutzen wir die Internetplattform „Moodle".
Wir laden Sie ein, dieses integrierte Lernkonzept kennen zu lernen.

K5196
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 15.2. / 14:00 - 17:00
gebührenfrei

K5198
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 19.2. / 18:00 - 21:00
gebührenfrei

Betriebssysteme / Hardware / Netzwerke

PC-Hardware

Wochenendseminar

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Sie bauen einen PC im Techniklabor zusammen und bringen ihn zum „Laufen".
Inhalt
- Hardwarekomponenten und Bauteile eines PCs
- Sicherheitsaspekte und Vorsichtsmaßnahmen beim Arbeiten am offenen PC

K5200
Gottfried Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Sa. 20.4. / 9:00 - 16:30
So. 21.4. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 13.4.
90 €

Installation und Konfiguration eines PCs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie lernen, wie das Betriebssystem Windows 7 installiert wird.
Inhalt
- Gründe für eine Neuinstallation
- Datensicherung
- BIOS-Einstellungen: passende Boot-Reihenfolge einstellen
- Vorhandene Partitionen löschen und neue erstellen
- Formatieren von Datenträgern
- Installationsprozess von Windows 7
- Aktuelle ServicePacks installieren
- Einbinden von Mainboard-Gerätetreibern
- Benutzerkonten einrichten

K5201
Gottfried Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 019
Sa. 4.5. und So. 5.5. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 27.4.
96 €

Einen neuen Computer kaufen - was muss ich wissen?

Tagesseminar

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Sie möchten einen neuen Rechner kaufen? Sie finden die vielen Informationen in den Werbeprospekten verwirrend? Sie sind sich nicht sicher, worauf Sie achten sollten, was Sie benötigen und was Sie nicht brauchen?
Inhalt
Zunächst lernen Sie, was in einem PC/Notebook eingebaut ist, welche Komponenten er hat. Dann machen wir uns gemeinsam Gedanken darüber, was Sie mit dem PC/Notebook machen wollen und wozu Sie ihn noch verwenden können. Danach beginnen wir mit der Auswahl, was Sie wirklich benötigen. Außerdem überlegen wir, welches Betriebssystem und welche Software für Sie sinnvoll sind.

K5202
Gottfried Sommer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 23.2. / 9:00 - 13:30
Anmeldeschluss 16.2.
30 €

Einrichten eines Small Office-Netzwerkes unter Microsoft Windows

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- Hard- und Softwarevoraussetzungen
- Auswahl, Einbau und Konfiguration von Netzwerkkarten, Netzwerkkabeln und Netzwerkkomponenten

Foto: Jorma Bork/pixelio.de

- Netzwerkprotokolle
- Freigaben und Sicherheit im Netzwerk
- Gemeinsame Nutzung des Internet (Routing)
- Wireless LAN

K5205
Gottfried Sommer
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 22.6. / 9:00 - 16:30
So. 23.6. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 15.6.
90 €

Computerschreiben

Computerschreiben - Flink und sicher an der Tastatur

Ob in der Schule, im Studium, im Beruf oder privat - ohne PC geht nichts mehr! Die Beherrschung des Zehn-Finger-Tastschreibens ist Voraussetzung für das effektive Arbeiten am PC - aber kaum jemand kann die Tastatur mit zehn Fingern blind bedienen.
Multisensorische Lernmethoden, die Bilder, Assoziationen, Musik und Entspannungstechniken in den Lernprozess einbeziehen, steigern die Merkfähigkeit enorm. In kurzer Zeit lernen Sie, das Tastenfeld blind zu bedienen. Entgelt inkl. Unterrichtsmaterial. Für alle Interessierten ab dem 12. Lebensjahr.

K5250
Einschließlich Briefgestaltung und Schnellschreibtraining
Birgit Walda
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Di. 26.2. / 16:30 - 18:00 / 10 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
102 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5251
Einschließlich Briefgestaltung und Schnellschreibtraining
Angelika Wolnarek
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Mi. 20.2. / 18:00 - 19:30 / 10 Termine
Anmeldeschluss 13.2.
102 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5253
Wochenendseminar
Angelika Wolnarek
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Fr. 12.4. / 18:00 - 20:15
Sa. 13.4. / 10:00 - 12:15
So. 14.4. / 10:00 - 12:15
Fr. 19.4. / 18:00 - 20:15
4 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5260
Helmut Walkus
Baunatal-Altenbauna
Theodor-Heuss-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 2
Di. 5.3. / 18:00 - 20:15
Di. 12.3. / 18:00 - 20:15
Di. 19.3. / 18:00 - 20:15
Di. 9.4. / 18:00 - 20:15
4 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5261
Ferienkurs
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 2.4. / 14:00 - 16:15
Mi. 3.4. / 14:00 - 16:15
Do. 4.4. / 14:00 - 16:15
Fr. 5.4. / 14:00 - 16:15
4 Termine
Anmeldeschluss 19.3.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5263
Nadine Schönewolf
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 16.4. / 18:00 - 20:15
4 Termine
Anmeldeschluss 2.4.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5264
Wochenendseminar
Nadine Schönewolf
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 22.3. / 18:00 - 20:15
Sa. 23.3. / 10:00 - 12:15
So. 24.3. / 10:00 - 12:15
Sa. 6.4. / 10:00 - 12:15
4 Termine
Anmeldeschluss 12.3.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K5265
Helmut Walkus
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Mo. 27.5. / 18:00 - 20:15 / 4 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
72 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

Office-Anwendungen

Training Microsoft Office 2010

Präsenzkurs mit Online-Begleitung

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows, Word und Excel
In diesem Kurs werden Sie für den beruflichen Alltag fit gemacht.
Inhalt
- Textverarbeitung mit Word 2010
- Tabellenkalkulation mit Excel 2010
- Präsentationen mit Powerpoint 2010
- Tipps und Tricks für die Praxis

K5300
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 23.2. / 9:00 - 16:30
So. 24.2. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 16.2.
90 €
Die Teilnehmenden dieses Kurses haben die Möglichkeit, sich an dem Wochenende und die folgenden zwei Wochen ergänzend online mit dem Kursleiter und untereinander auszutauschen.

Training Microsoft Office 2010

Voraussetzung: Grundkenntnisse Windows, Word und Excel
Machen Sie sich fit für den beruflichen Alltag!
Inhalt
- Word 2010 - Textverarbeitung
- Excel 2010 - Tabellenkalkulation
- Powerpoint 2010 - Präsentationsprogramm
- Tipps und Tricks für die Praxis

K5301
Wochenendseminar
Wolfgang Schultz
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Sa. 23.3. und So. 24.3. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 12.3.
96 €

K5302
Wolfgang Schultz
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Do. 4.4. / 18:00 - 21:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 19.3.
96 €

K5303
Wochenendseminar
Stefan Metzger
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 15.6. und So. 16.6. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 4.6.
96 €

Umstieg auf Office 2010

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Office-Anwendungen (Word, Excel, Powerpoint und Outlook) in älteren Versionen
Gönnen Sie sich etwas Lernzeit, freunden Sie sich mit dem neuen Office an und schaffen sich einen Überblick über das neue Bedienkonzept.
Das neue Office ist nicht besser als das alte - solange Sie versuchen, es wie das alte zu benutzen!
Sie lernen die neuen Funktionen rund um Windows 7 und Office 2010 kennen, erhalten Informationen, wo Sie die - für Sie bekannten - Funktionen aus älteren Versionen von Word, Excel, Powerpoint und Outlook bei Office 2010 finden. Schließlich geht es um Hinweise zur schnellen und intuitiven Nutzung der Programme und die Anpassung an Ihre persönliche Arbeitsweise im Tagesgeschäft.

K5305
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 4.6. / 8:30 - 11:45
Di. 11.6. / 8:30 - 11:45
2 Termine
Anmeldeschluss 21.5.
48 €

K5306
Tagesseminar
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Do. 28.2. / 8:30 - 15:45
Anmeldeschluss 19.2.
48 €

K5307
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 26.2. / 18:00 - 21:00
Do. 28.2. / 18:00 - 21:00
2 Termine
Anmeldeschluss 15.2.
48 €

K5308
Tagesseminar
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 16.4. / 8:30 - 15:45
Anmeldeschluss 2.4.
48 €

Fit for Office

Frischer Wind am PC - den Kurs bestimmen Sie!

Kompaktkurs

Entdecken Sie die Möglichkeiten von Microsoft Office, lernen Sie Word, Excel und Powerpoint kennen. Bringen Sie ihre individuellen Fragen und Wünsche mit nach Sylt. In guter Atmosphäre arbeiten Sie jeweils halbtags in einer kleinen Gruppe. Es gibt Tipps und Tricks zu Office und individuelle Betreuung für mitgebrachte Aufgabenstellungen. Themen wie E-Mail, Internet und Dateiablage gehen auch nicht im Sand unter. Bitte teilen Sie uns vor dem Informationsabend mit, in welchem Bereich Ihre inhaltlichen Interessen liegen und über welche Vorkenntnisse Sie verfügen. Info und Beratung: Elfriede Schäth, Tel: 05692 - 987 3193.

L5304
Stefan Metzger
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 17.11. - Sa. 23.11. / 8:00 - 16:00 /
7 Termine
Anmeldeschluss 17.9.
406 €
Informationsabend: Dienstag, 10.9., 18 Uhr, vhs-Geschäftsstelle Wolfhagen, Raiffeisenweg 2
Leistungen: Ü /DZ mit Dusche und WC /VP, Seminargebühr, zzgl. 38 € EZ-Zuschlag, zzgl. Anreise

EDV-Anwenderkreis

Seniorinnen und Senioren, die bereits Erfahrungen im Umgang mit dem eigenen PC haben, können ihre individuellen Fragestellungen zur Textverarbeitung, Internetnutzung und Bildbearbeitung einbringen. Wenn Sie über EDV-Grundkenntnisse verfügen und Ihnen die grundlegende Fenstertechnik der Windowsanwendungen vertraut ist, können Sie Ihre Fertigkeiten anhand praxisnaher Beispiele vertiefen.

K5312
Für Ältere
Office 2010
Irmgard Bardo
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 6.6. / 13:45 - 16:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 28.5.
96 €

Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern

Voraussetzung: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Nach diesem Kurs werden Sie Alltagsaufgaben zeitsparender am Computer erledigen und mehr Freude bei der praktischen Nutzung Ihres PC haben!
Sie
- erfahren, wie Sie einen Aushang mit Abreißzetteln erstellen
- setzen für Faltblätter Texte in Spalten
- erstellen Grußkarten und Broschüren
- schreiben Briefe und bedrucken Umschläge und Etiketten
- organisieren Dateien und Ordner
- planen Reisen mit dem Internet
- erstellen einen Reisebericht mit PowerPoint
- führen Berechnungen in Tabellen durch

K5313
Windows 7 / Office 2010
Gerhild Baake
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mi. 13.3. / 15:15 - 17:30 / 7 Termine
Anmeldeschluss 5.3.
126 €
Kurs findet auch in den hess. Osterferien statt.

Textverarbeitung

Microsoft Word - Textverarbeitung Basics Grundkurs

Xpert -Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung Textverarbeitung Basics

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
In diesem Kurs lernen Sie die Bedienung einer Textverarbeitung und Möglichkeiten der Textgestaltung kennen.
Inhalt
- Programm starten, einfache Anpassungen vornehmen, Hilfefunktion nutzen, Texte erfassen und korrigieren
- Rechtschreibprüfung, AutoKorrektur und Silbentrennung
- Ordner erstellen, Dateien ablegen und wiederfinden, Besonderheiten beim Speichern
- Textteile markieren, ausgewählte Elemente einfügen, bearbeiten, suchen und ersetzen
- Zeichen und Absätze formatieren
- Seitengestaltung, Kopf- und Fußzeilen erstellen, mehrspaltige Abschnitte formatieren und manuelle Umbrüche vornehmen
- Tabellen erstellen und gestalten
- Seitenvorschau und drucken
- Zeichnungselemente erstellen, Grafiken einfügen
- Grundlagen des Seriendrucks: Hauptdokument einrichten und mit einer Datenquelle verbinden
- Prüfungsvorbereitung

K5321
Word 2010
Nasser Sanati
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 13.2. / 18:15 - 21:30 / 7 Termine
183 €
Inkl. Fachbuch + 49 € bei Prüfungsteilnahme

Microsoft Word - Textverarbeitung Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
In diesem Kurs lernen Sie die Bedienung einer Textverarbeitung und Möglichkeiten der Textgestaltung kennen.
Inhalt
- Texte erfassen und korrigieren
- Texte formatieren
- Seiten einrichten
- Rechtschreibung und Silbentrennung
- Tabulatoren und Tabellen
- Nummerierungen und Aufzählungen
- Kopf- und Fußzeilen
- Dokumente drucken und verwalten

K5323
Word 2010 - Für Eilige
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 4.5. / 9:00 - 16:00
So. 5.5. / 9:00 - 15:15
Anmeldeschluss 27.4.
105 €
Inkl. Fachbuch

Word Grundkurs

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Bedienung einer Textverarbeitung und Möglichkeiten der Textgestaltung anhand praktischer Übungen.
Inhalt:
- Texteingabe und -korrektur
- Zeichen-, Absatz- und Seitenformatierung
- Rechtschreibprüfung und Silbentrennung
- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Dateiverwaltung

K5336
Word 2010
Katja Schirakowski
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mi. 5.6. / 8:30 - 11:45
6 Termine
Anmeldeschluss 28.5.
144 €

Microsoft Word - Textverarbeitung Pro Aufbaukurs

Xpert -Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung Textverarbeitung Pro

Vorkenntnisse: Word Textverarbeitung Basics Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- Dokument- und Formatvorlagen erstellen
- Mit der Gliederungsansicht arbeiten
- Längere Dokumente mit Querverweisen, Textmarken, Fußnoten und Verzeichnissen
- Formulare mit Feldfunktionen, Feldformaten und Berechnungen erstellen
- Zeichnungselemente und Grafiken einfügen und bearbeiten
- Makros aufzeichnen und ausführen
- Dokumente im Team bearbeiten
- Vertiefung Serienbriefe: spezielle Feldfunktionen, Abfragen und Datenquellen im Fremdformat
- Prüfungsvorbereitung

K5341
Word 2010
Natascha Stern
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 24.4. / 18:15 - 21:30 / 7 Termine
Sie können sich im Kursverlauf entscheiden, ob Sie an der nachfolgenden Xpert-Prüfung teilnehmen möchten.
Anmeldeschluss 17.4.
183 €
Inkl. Fachbuch + 49 € bei Prüfungsteilnahme

Microsoft Word 2010 für Umsteiger

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word in älteren Versionen
Sie sind auf Word 2010 umgestiegen und möchten sich schnell mit dem neuen Bedienungskonzept vertraut machen?
Inhalt
- Listen, Aufzählungen und Tabellen
- Mit Spalten arbeiten
- Grafiken einbinden
- Kopf- und Fußzeilen
- Zeit sparen mit Schnellbausteinen und Vorlagen
- Serienbriefe
- Umschläge und Etiketten

K5343
Natascha Stern
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 21.6. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 15.6.
48 €

Berichte und wissenschaftliche Arbeiten mit Microsoft Word

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word
In diesem Workshop werden die Erstellung, Handhabung und Verwaltung wissenschaftlicher Arbeiten wie Examensarbeiten, Diplomarbeiten und Dissertationen behandelt.
Inhalt
- Mit Gliederungen arbeiten
- Inhalts-, Abbildungs-, und Indexverzeichnisse erstellen
- Fuß- und Endnoten einfügen
- Unterschiedliche Kopf- und Fußzeilen einfügen
- Mit Zentral- und Filialdokumenten arbeiten

K5345
Word 2010
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 22.2. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 16.2.
62 €
Inkl. Fachbuch

DIN 5008 - Schreib- und Gestaltungsregeln mit Microsoft Word

Normgerechtes Gestalten von Privat- und Geschäftsbriefen

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word
Die schriftliche Korrespondenz von Unternehmen und Privatpersonen stellt einen bedeutenden Teil der Außenwirkung dar. Damit diese Präsentation gelingt, sollten einige Regeln bekannt sein und angewendet werden. Warum sollte ich die DIN 5008 überhaupt kennen? Was ist die DIN 5008 und wie wende ich sie an? Wie gestalte ich meinen Schriftverkehr DIN-gerecht?
Inhalt
- Privat- und Geschäftsbriefe gestalten
- Satz- und Sonderzeichen richtig einsetzen
- Kalenderdaten, Uhrzeiten und Größenangaben DIN-gerecht schreiben
- Tabellen gestalten
- Hervorhebungen anwenden
- E-Mails nach der DIN 5008 gestalten
- Geschäftsbriefe nach DIN 676 Form A und B

K5346
Word 2010
Natascha Stern
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Fr. 24.5. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 18.5.
56 €
Inkl. Fachbuch

Starke EDV-Zubehör-Shop
Tinte und Toner zu TOP-Preisen!
Wir bieten Ihnen eine große Auswahl an verschiedenen Herstellern z.B. Kyocera, HP, Epson, Canon, Brother und viele mehr.
Haben Sie Interesse an einer Beratung oder Fragen, dann rufen Sie uns an.
Ihr starker Partner für Tinte und Toner
Kai Radetzki Tel. 0561 2007-357
Christoph Hinz Tel. 0561 2007-353
Manuela Rust Tel. 0561 2007-354
Öffnungszeiten Mo.-Fr. 8-18Uhr
Besuchen Sie auch unsere Homepage mit interessanten, wechselnden Angeboten!
Ihr IT- und Büropartner
Starke
Bernhard Starke GmbH
Kohlenstraße 49-51 - 34121 Kassel
Fon:0561/2007-0 Fax:0561/2007-510
zubehoer@starke.de www.starke.de

Kreatives Gestalten mit Microsoft Word

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word
In diesem Workshop lernen Sie, Einladungen selbst zu gestalten sowie Flugblätter und Plakate zu entwerfen.
Inhalt
- Grafiken und Symbole einfügen und bearbeiten
- Objekte zeichnen und verändern
- Texte frei positionieren
- Tabellen erstellen und bearbeiten
- Seiteneinrichtung und Layout mit unterschiedlichen Formaten und Papiermaterialen

K5347
Word 2010
Natascha Stern
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Fr. 22.2. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 16.2.
48 €

Jobsuche im Internet und Erstellen von Bewerbungsunterlagen

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows
Sie lernen, im Internet nach Stellenangeboten zu recherchieren, Ihren Lebenslauf in Tabellenform anzulegen und einen persönlichen Briefkopf zu gestalten.
Inhalt
- Recherche nach Stellen mit Suchmaschinen
- Was muss in eine Bewerbungsmappe?
- Ein persönliches Anschreiben nach DIN 5008 erstellen
- Tabellarischen Lebenslauf erstellen und gestalten
- Eyecatcher (Blickfang) einfügen

K5348
Word 2010
Susanne Asel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 8.3. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 2.3.
48 €

Besser formulieren im Beruf - Mit guten Texten zum Erfolg

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word
Der gute Brief gewinnt, er weckt Sympathien, liest sich flüssig, macht einen guten Eindruck, vermeidet Floskeln, ist klar und verständlich, bringt mit frischem Schreibstil Schwung in Ihren alltäglichen Schriftverkehr...
Inhalt
- Geschäftsbriefe und auch Privatbriefe besser formulieren
- Wie Sie einen Text beginnen
- Wie Sie leichte Texte schreiben
- Wie Sie verständliche Texte schreiben
- So schreiben Sie eine Pressemitteilung
- So schreiben Sie ein Protokoll

K5349
Word 2010
Natascha Stern
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 2.3. und So. 3.3. / 9:00 - 14:15
Anmeldeschluss 23.2.
82,50 €
Inkl. Fachbuch

Serienbriefe mit Microsoft Word

Schritt für Schritt zum perfekten Seriendokument

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Word
Sie lernen, wie einfache und komplizierte Serienbriefe und Listen (Verzeichnisse) erstellt werden.
Inhalt
- Grundlagen des Seriendrucks
- Serienbriefe und Listen erzeugen
- Datensätze sortieren und filtern
- Seriendruckfelder richtig nutzen
- Adressdatenbanken zuordnen

K5350
Word 2010
Katja Schirakowski
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Fr. 15.3. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 9.3.
62 €
Inkl. Fachbuch

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Apple Pages - Texten und gestalten mit dem Mac

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage) - Nur für Apple-Mac Anwender mit Vorkenntnissen
Mit Pages können Sie Plakate, Flyer, Formulare, Visitenkarten etc. ganz „mac like" erstellen. Pages bietet sowohl Möglichkeiten der Textverarbeitung als auch des Seitenlayouts an. Die vorhandenen Ressourcen von iPhoto, Adressbuch und Numbers werden optimal genutzt. Pages ist sowohl als Teil der iWork Suite, aber auch separat über den Apple App Store erhältlich. Grundlegende Kenntnisse auf dem Mac (Finder, iPhoto, Vorschau, TextEdit) sollten vorhanden sein.
Inhalt
- Einführung in die Benutzeroberfläche
- Arbeiten mit Bildern, Formen und anderen Objekten
- Auswahl der Vorlagen
- Anpassen und Erstellen eigener Vorlagen
- Drucken, exportieren und gemeinsam nutzen über iWork.com
- Zusammenspiel mit Apple Numbers

K5359
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Do. 7.3. / 18:15 - 20:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 27.2.
72 €

Tabellenkalkulation

Microsoft Excel - Tabellenkalkulation Grundkurs

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Microsoft Excel ist eine leistungsfähige Tabellenkalkulation mit Diagramm- und Datenbankfunktion
Inhalt
- Texte, Zahlen, Formeln eingeben und korrigieren
- Grundlagen der Formelerstellung
- Tabellenblätter formatieren und bearbeiten
- Arbeitsmappen bearbeiten und verwalten
- Diagramme erzeugen

K5361
Excel 2010
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Fr. 15.2. / 8:30 - 12:30 / 5 Termine
165 €
Inkl. Fachbuch

K5365
Wochenendseminar
Excel 2010 - Für Eilige
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 9.3. / 9:00 - 16:30
So. 10.3. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 2.3.
105 €
Inkl. Fachbuch

Excel Grundkurs

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Die Arbeitsweise von Tabellenkalkulationsprogrammen und deren Einsatzzweck sowie die grundlegende Handhabung von Excel werden anhand einfacher Beispiele vermittelt:
- Excel-Grundlagen
- Tabellenblätter formatieren und bearbeiten
- Formeln
- Arbeitsmappen bearbeiten und verwalten
- Diagramme erzeugen

K5371
Excel 2010
Wolfgang Schultz
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Sa. 25.5. / 9:00 - 16:15
So. 26.5. / 9:00 - 16:15
2 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
96 €

K5373
Kompaktkurs
Excel 2010
Jutta Hesse-Vogel
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 24.6. / 8:30 - 13:30
Di. 25.6. / 8:30 - 13:30
Mi. 26.6. / 8:30 - 13:30
Do. 27.6. / 8:30 - 13:30
4 Termine
Anmeldeschluss 11.6.
144 €

K5377
Wochenendseminar
Excel 2010
Stefan Metzger
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 16.4.
96 €

Microsoft Excel 2010 für Umsteiger

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Excel
- Die neue Arbeitsoberfläche von Excel 2010
- Neues Dokumentenhandling und neue Dateiformate
- Texte und Zahlen eingeben und formatieren
- Mit Formeln Berechnungen durchführen
- Den Funktionsassistenten verwenden (WENN, SVERWEIS)
- Arbeitsblätter formatieren, Druckbereich definieren
- Diagramme erstellen

K5378
Natascha Stern
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 28.6. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 22.6.
61 €
Inkl. Fachbuch

Microsoft Excel - Tabellenkalkulation Aufbaukurs

Xpert - Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Excel Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- Arbeiten mit Formeln und Funktionen
- Mit Bedingungen arbeiten und Funktionen verschachteln
- Verknüpfung von Tabellen und Arbeitsmappen
- AutoFilter und benutzerdefinierte Filter
- Gliederungen und Pivot-Tabellen
- Diagramme erzeugen, bearbeiten und einbinden
- Prüfungsvorbereitung

Foto: Gerd Altmann/pixelio.de

K5383
Excel 2010 Aufbaukurs an zwei Wochenenden
Manfred Stein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 29.6. / 9:00 - 15:45
So. 30.6. / 9:00 - 15:45
Sa. 6.7. / 9:00 - 15:45
So. 7.7. / 9:00 - 15:45
4 Termine
Sie können sich im Kursverlauf entscheiden, ob Sie an der nachfolgenden Xpert-Prüfung teilnehmen möchten.
Anmeldeschluss 22.6.
168 €
+ 49 € bei Prüfungsteilnahme

Microsoft Excel effektiv nutzen - Betriebswirtschaftliche Berechnungen und Auswertungen

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: erste betriebswirtschaftliche Grundkenntnisse und Excel-Grundlagen
Benötigen Sie den Einsatz von Excel für die Lösung betriebswirtschaftlicher Fragestellungen in den Bereichen Buchhaltung, Kosten- und Leistungsrechnung, Finanzierung und Controlling?
Inhalt
- Bezüge und Namen
- Prozent-, Zins- und Investitionsrechnung
- Break-Even- und ABC-Analyse, DuPont-Kennzahlensystem
- Deckungsbeitragsrechnung, Engpassrechnung, Betriebsabrechnungsbogen,
- Benutzerdefinierte Zellformatierung und bedingte Zellformatierung
- Effiziente Diagrammerstellung, Verbunddiagramme
- Logikfunktionen, SVERWEIS, Solver, Was-Wäre-Wenn-Tabelle
- Steuerelemente, Makros aufzeichnen und benutzen

Weitere Infos zum Kursleiter unter www.dozent4u.de

K5386
Excel 2010
Olaf Hartmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 6.4.
96 €

Microsoft Excel - Intensivkurs Grundlagen, betriebswirtschaftliche Berechnungen und Auswertungen

Bildungsurlaub

Vorkenntnisse: erste betriebswirtschaftliche Grundkenntnisse und Excel-Grundlagen
Benötigen Sie den Einsatz von Excel für die Lösung betriebswirtschaftlicher Fragestellungen in den Bereichen Buchhaltung, Kosten- und Leistungsrechnung, Finanzierung und Controlling?
Inhalt
- Rechnen mit Datum und Uhrzeit
- Bezüge und Namen
- Prozent-, Zins- und Investitionsrechnung
- Break-Even- und ABC-Analyse, optimale Bestellmenge, DuPont-Kennzahlensystem
- Deckungsbeitragsrechnung, Engpassrechnung, Betriebsabrechnungsbogen
- Benutzerdefinierte und bedingte Zellformatierung
- Leerzeichen und Duplikate entfernen
- Effiziente Diagrammerstellung, Verbunddiagramme, dynamische Diagramme
- Logikfunktionen, SVERWEIS, Solver, Was-Wäre-Wenn-Tabelle, Matrixfunktionen
- Pivot-Tabellen, Steuerelemente, Makros, VBA

Weitere Infos zum Kursleiter unter www.dozent4u.de

K5387
Excel 2010 Intensivkurs / Crashkurs
Olaf Hartmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 10.6. - Fr. 14.6. / 5 Termine
Anmeldeschluss 29.4.
240 €
Schriftliche Anmeldung erforderlich!

Präsentation

Microsoft Powerpoint - Präsentation Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows und Word
Powerpoint ist ein professionelles Präsentationsprogramm, mit dem Sie Ihre Vorträge und Besprechungen effektiv unterstützen können.
Inhalt
- Leistungsumfang und Nutzen eines Präsentationsprogramms
- Bildschirmansichten bedienen und wechseln
- Folienlayouts und Foliendesigns zuweisen
- Präsentationen erstellen, speichern, öffnen, bearbeiten und drucken
- Folienelemente: Texte, Zeichnungselemente (Objekte) erstellen, gestalten und präzise ausrichten und verteilen
- WordArt-Objekte, Fotos, Filme und Sounds einfügen und bearbeiten
- Präsentationsdesigns nutzen
- Präsentationsablauf mit Folienübergängen versehen und automatisieren
- Präsentationen vorführen

K5393
Powerpoint 2010
H.-Friedrich Lammers
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 16.3. / 9:00 - 16:30
So. 17.3. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 9.3.
105 €
Inkl. Fachbuch

Powerpoint Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows und Word
Den Aufbau einer Präsentation planen und die Möglichkeiten der Umsetzung mit Powerpoint kennenlernen.
Inhalt
- Grundlagen der Programmoberfläche
- Erstellen und bearbeiten von Präsentationsfolien
- Grafische Objekte und Diagramme einfügen und bearbeiten
- Ausgabemedien auswählen

K5395
Powerpoint 2010
Wolfgang Schultz
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Fr. 14.6. / 18:00 - 21:00
Sa. 15.6. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 4.6.
72 €

K5397
Powerpoint 2010
Katja Schirakowski
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 7.3. / 8:30 - 11:45
Do. 14.3. / 8:30 - 11:45
Do. 21.3. / 8:30 - 11:45
3 Termine
Anmeldeschluss 26.2.
72 €

K5398
Wochenendseminar
Powerpoint 2010
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Fr. 3.5. / 18:00 - 21:00
Sa. 4.5. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 23.4.
72 €

Microsoft Powerpoint - Präsentation Aufbaukurs

Xpert - Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Powerpoint Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
In diesem Kurs lernen Sie, professionelle Präsentationen zu erstellen.
Inhalt
- Unterschiedliche Folienlayouts und -designs
- SmartArt-Grafiken (z. B. Organigramme) erstellen und gestalten
- Tabellen und Diagramme erstellen und bearbeiten
- Folienübergänge, Animationseffekte und automatische Bildschirmpräsentation
- Aktionseinstellungen (z. B. Hyperlinks) sinnvoll einsetzen
- Individuelle Präsentationsvorlagen mit dem Folienmaster ausarbeiten
- Präsentationen speichern und drucken
- Präsentationen professionell vorführen
- Prüfungsvorbereitung

K5403
Powerpoint 2010
Oliver Jungwirth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 27.4. / 9:00 - 16:30
So. 28.4. / 9:00 - 15:45
Sie können sich im Kursverlauf entscheiden, ob Sie an der nachfolgenden Xpert-Prüfung teilnehmen möchten.
Anmeldeschluss 20.4.
90 €
+ 49 € bei Prüfungsteilnahme

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Apple Keynote - Präsentieren mit dem Mac

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage) - Nur für Apple-Mac Anwender mit Vorkenntnissen
Mit Keynote können Sie Ihre Präsentation ganz „mac like“ vorbereiten. Keynote ist sowohl als Teil der iWork Suite, aber auch separat über den Apple App Store erhältlich. Als Pendant zu Microsofts Powerpoint fügt es sich dabei optimal in das Mac Betriebssystem ein und nutzt die vorhandenen Ressourcen von iPhoto und iTunes. Grundlegende Kenntnisse auf dem Mac (Finder, iPhoto, Vorschau, TextEdit oder Word) sollten vorhanden sein.
- Einführung in Benutzeroberfläche
- Arbeiten mit Bildern, Formen und anderen Objekten
- Hinzufügen von Audio- und Filmdateien
- Anwenden von Animationseffekten
- Verwenden von Hyperlinks
- Vorführen, Drucken und Exportieren Ihrer Präsentation
- Gestalten eigener Folienvorlagen und Themen
- Gemeinsam nutzen über iWork.com

K5404
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Do. 18.4. / 18:15 - 20:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 10.4.
72 €

Datenbankanwendung

Microsoft Access - Datenbank-Management Grundkurs

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows und Excel
Microsoft Access ist ein modernes Datenbank-Managementsystem. Im Grundkurs lernen Sie, eine relationale Datenbank zu entwerfen und zu definieren.
Inhalt
- Aufbau von Datenbank-Managementsystemen
- Entwurf von Datenbanken
- Festlegung von Feldern in der Entwurfsansicht (Felddatentypen, Feldeigenschaften und benutzerdefinierte Formate)
- Primärschlüssel und Indizierung
- Datensätze suchen, sortieren, filtern und bearbeiten
- Beziehungen zwischen Tabellen festlegen
- Standardformulare zur Datenerfassung
- Erstellen von einfachen Abfragen

K5409
Access 2010
Manfred Stein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Do. 14.2. / 18:15 - 21:30 / 6 Termine
159 €
Inkl. Fachbuch

Access Grundkurs - Präsenzkurs mit online-Begleitung

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows und Excel
Inhalte sind die Arbeitsweise einer Datenbank und deren Einsatzzweck anhand umfangreicher Beispiele sowie die grundsätzliche Handhabung und Bedienung von Microsoft-Access ab der Version 2007. Sie können am Ende des Kurses selbständig kleinere Datenbankprojekte erstellen, dabei umfangreiches Datenmaterial erfassen, die hierzu erforderlichen Eingabemasken (Formulare) erstellen, Daten gezielt extrahieren (Abfragen) und Berichte (Listen) erstellen. Dieser Kurs wird durch multimediale Angebote über eine Onlineplattform begleitet und unterstützt. Nähere Informationen finden Sie im Einleitungstext zum Semesterthema: „Digitale Welten". Wir laden Sie herzlich ein, an unserem kostenfreien Informationstreffen teilzunehmen, die Termine entnehmen Sie bitte dem Nummernbereich K5196 - K5198.

K5413
Access 2010
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 9.4. / 18:00 - 21:00
5 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
144 €

Microsoft Access - Datenbank-Management Aufbaukurs

Xpert - Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung

Vorkenntnisse: Access Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Im Aufbaukurs lernen Sie, Abfragen, Formulare und Berichte zu erstellen.
Inhalt
- Daten importieren und exportieren
- Erweiterte Abfragen (Parameterabfragen, Aktionsabfragen) erstellen und verändern
- Formulare und Unterformulare zur Datenerfassung
- Wichtige Steuerelemente
- Individuelle Formulare
- Berichte zur Datenausgabe
- Gruppierte und individuelle Berichte
- Prüfungsvorbereitung

K5414
Access 2010
Manfred Stein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Do. 11.4. / 18:15 - 21:30 / 7 Termine
Sie können sich im Kursverlauf entscheiden, ob Sie an der nachfolgenden Xpert-Prüfung teilnehmen möchten.
Anmeldeschluss 3.4.
168 €
+ 49 € bei Prüfungsteilnahme

Kommunikation

Outlook

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Outlook ist ein „Desktop Information Manager" oder einfacher ausgedrückt: das Microsoft-Programm für die E-Mail-, Termin-, Kontakt- und Aufgabenverwaltung.
Inhalt
- Die Arbeitsumgebung von Outlook
- E-Mails empfangen, bearbeiten, versenden und verwalten
- Kontakte erstellen und verwalten
- Termine und Ereignisse bearbeiten und verwalten
- Erinnerungsfunktion und Terminserien einrichten
- Organisation und Delegation von Aufgaben
- Einrichten des Outlook-Arbeitsplatzes

K5420
Tagesseminar
Outlook 2010
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Sa. 23.2. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 12.2.
48 €

K5421
Tagesseminar
Outlook 2010
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 28.5. / 8:30 - 15:45
Anmeldeschluss 14.5.
48 €

Zeitmanagement und Outlook, siehe Programmbereich Beruf K5045 f., Seite

Multimedia

Digital fotografieren und Bilder bearbeiten

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- Was bietet uns die neue Technik?
- Sensor und Speicherkarte statt Kleinbildfilm mit 36 Aufnahmen
- Die Möglichkeiten Ihrer / einer Digitalkamera besser nutzen
- Fotos aufnehmen, speichern und bearbeiten mit der Software PhotoScape

K5423
Für ältere Frauen
Monique Goumet
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 17.4. / 9:00 - 13:15
Fr. 19.4. / 9:00 - 13:15
Mi. 24.4. / 9:00 - 13:15
Fr. 26.4. / 9:00 - 13:15
4 Termine
Anmeldeschluss 10.4.
120 €
Sie können gerne Ihre / eine digitale Kamera und ein Verbindungskabel mitbringen!
+ Skript 2,50 €

• Portrait
• Imageportrait
• Bewerbung
• Akt
• Beauty
• Reportage
• Hochzeit
• on Location
• Fotoseminare
Tel.: 0561 - 77 32 29
info@fotostudio-keppler.de
www.fotostudio-keppler.de
FotostudioKEPPLER

Digitale Fotografie

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer und mit der Fotografie
In diesem Kurs werden Techniken der digitalen Fotografie vermittelt: Grundlagen der Fotografie, die praktische Anwendung sowie die Nachbearbeitung der Fotos. Schwerpunkt ist der Umgang mit einer digitalen Spiegelreflexkamera (DSLR).
Inhalt
- Typen (Spiegelreflexkamera, Sucherkamera, Kompaktkamera) und Aufbau von Digitalkameras und der Unterschied zu analogen Kameras
- Kamerakomponenten (Objektiv, Blende, Verschluss, Bildsensor, Speicherkarte)
- Megapixel, ISO, digitales Bildrauschen, Schärfentiefe & Co
- Unterschiede zwischen Fotodateiformaten (RAW, TIFF, JPG)
- Digitales Fotografieren in der Praxis mit und ohne Aufsteckblitz
- Erste digitale Bildbearbeitungsschritte mit Adobe Photoshop CS3 und ggf. RAW-Converter

K5424
Olga Holzschuh
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Fr. 21.6. / 18:15 - 21:30
Sa. 22.6. / 9:00 - 16:30
So. 23.6. / 9:00 - 16:30
3 Termine
Anmeldeschluss 15.6.
120 €

Bitte eine digitale Spiegelreflexkamera, ein Verbindungskabel und möglichst einen Aufsteckblitz mitbringen!
Die Praxis findet im Freien statt. Mögliche Ausflugsziele sind der Bergpark Wilhelmshöhe und/oder die Orangerie (Karlsaue).

Digitale Kamera richtig nutzen

Motivwahlprogramm und Intervallfunktion, TIFF und HQ - ein Blick in das Handbuch der Digitalkamera und man glaubt, einen Supercomputer erstanden zu haben. Im Seminar klären wir, wie Sie Ihre Kamera richtig nutzen.
Die Themen sind u.a:
- Wichtige Einstellungen
- Fotos speichern und ausgeben
- Tipps und Tricks zur Handhabung

Wir werden uns Zeit nehmen, vieles ausprobieren und dabei auch ein paar grundlegende Dinge zur Bildgestaltung besprechen.

K5425
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 28.5. / 18:00 - 21:00
Di. 4.6. / 18:00 - 21:00
Di. 11.6. / 18:00 - 21:00
3 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
72 €
Bitte eigene Kamera und Verbindungskabel mitbringen.

CITY photo
Die Fotoexperten GmbH
Kompetenz in Sachen Fototechnik!
Ihr Fachgeschäft in Kassels City
gute Beratung • faire Preise
Sofortpassbilder
Digitale Foto- und Videotechnik • Objektive u. Zubehör • Speicherkarten
Akkus • Stative • Fototaschen • Ferngläser • analoges Filmmaterial
Sofortpassbilder • Sensorreinigung • und vieles mehr...
Bilder sofort zum Mitnehmen von Speicherkarte, USB-Stick, CD etc.
Wilhelmstraße 19 (Eingang Neue Fahrt) • 34117 Kassel • Tel. 0561 / 13143 • Fax 0561 / 778111
cityphotoks@t-online.de • www.cityphotokassel.de

K5426
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Fr. 22.2. / 18:00 - 21:00
So. 24.2. / 9:00 - 16:15
2 Termine
Anmeldeschluss 12.2.
72 €
Bitte eigene Kamera und Verbindungskabel mitbringen.

K5428
Andreas Gütter
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Fr. 24.5. / 18:00 - 21:00
So. 26.5. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 14.5.
72 €
Bitte eigene Kamera und Verbindungskabel mitbringen.

Perfekte Kinderfotos

Wer seine Kinder und Enkel fotografiert oder das Kinderspiel und Emotionen in der Betreuungseinrichtung festhalten will, erfährt hier, was zu beachten ist. Wichtige Grundlagen und Kniffe der Kinderfotografie werden anhand von Beispielen vorgestellt.

K5429
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mo. 15.4. / 18:00 - 20:15
Anmeldeschluss 2.4.
5 €

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Apple iPhoto - Digitale Bilder verwalten, bearbeiten und präsentieren

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Mac OS X (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage) - Nur für Apple-Anwender geeignet
Kaum eine Software für die digitale Fotografie bietet effektivere Lösungen zur Bildbearbeitung, Sortierung und Präsentation von Fotos und Bildern.
Inhalt
- Fotos importieren und verwalten
- Nach Ereignissen sortieren und beschriften
- Bilder bearbeiten und nachbessern
- Fotobücher / Fotoalben effektiv erstellen
- In Fotoshows präsentieren
- Fotos auf CD brennen
- Fotos im Internet (Webgalerie) zur Verfügung stellen

K5433
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 9.3. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 2.3.
48 €
Bitte Digitalkamera und Kabel mitbringen!

Apple iPhoto - Digitale Bilder verwalten und bearbeiten

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer
Kaum eine Software für die digitale Fotografie bietet effektivere Lösungen zur Bildbearbeitung, Sortierung und Präsentation von Fotos und Bildern.
Inhalt
- Fotos importieren, sortieren und beschriften
- Fotos bearbeiten und nachbessern
- Fotoalben erstellen
- Diashows gestalten
- Fotos auf CD brennen
- Fotos über Facebook, Twitter oder per Fotostream mit anderen teilen

K5434
Jörg Bollerhey
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 5.3. / 18:00 - 21:00
Di. 12.3. / 18:00 - 21:00
2 Termine
Anmeldeschluss 19.2.
48 €
Bitte Digitalkamera und Kabel mitbringen!

Google Picasa - Digitale Bilder verwalten und bearbeiten

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Mit dieser kostenlosen Software lassen sich Tausende digitaler Fotos verwalten, bearbeiten und Fotoalben ins Internet stellen.
Inhalt
- Fotos importieren
- Nach Ereignissen sortieren und beschriften
- Fotoalben effektiv erstellen
- Bilder bearbeiten und nachbessern
- Diashows anspruchsvoll gestalten
- Fotos auf CD brennen
- Fotos im Internet zur Verfügung stellen

K5435
Hamza Küçük
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Do. 21.2. / 18:15 - 21:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 14.2.
120 €
Bitte Digitalkamera und Kabel mitbringen!

K5437
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 25.6. / 18:00 - 21:00
Do. 27.6. / 18:00 - 21:00
2 Termine
Anmeldeschluss 11.6.
48 €
Bitte Digitalkamera und Kabel mitbringen!

K5438
Katja Schirakowski
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 14.2. / 8:30 - 11:45
Do. 28.2. / 8:30 - 11:45
2 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
48 €
Bitte Digitalkamera und Kabel mitbringen!

Lightroom - Digitale Bilder verwalten und bearbeiten - Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Adobe Ligthroom ist die leistungsstarke Lösung, um ihre Bilderflut einfach und effizient zu verwalten und zu bearbeiten. Aufnahmeserien können sie mit Lightroom schnell bearbeiten und RAW Bilder bis ins Detail entwickeln. Das Programm zeichnet sich durch seine geordnete Arbeitsoberfläche und intuitive Bedienung aus.
An diesem Wochenende wird ihnen ein effektiver Workflow mit Lightroom für eine umfangreiche Fotoshooting aufgezeigt. Am Samstag fotografieren wir im Bergpark Wilhelmshöhe unter Berücksichtigung wichtiger Kameraeinstellungen. Im EDV-Raum in Wolfhagen werden Sie am Sonntag anhand ihrer eigenen Bilder den effektiven Workflow von Lightroom erlernen.

K5439
Andreas Gütter
Kassel
Bergpark Wilhelmshöhe, Endstation Linie 1
Sa. 8.6. / 10:00 - 15:30
Wolfhagen, Raiffeisenweg 2
So. 9.6. / 10:00 - 17:00
Anmeldeschluss 28.5.
90 €
Digitale Kamera, die im RAW Format aufnehmen kann, und Kabel mitbringen.

Vom Digitalbild zum persönlichen Fotobuch - Schritt für Schritt

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse.
Fotobücher erfreuen sich unter den Digitalfotografen wachsender Beliebtheit. Es ist immer noch ein anderes Erlebnis, schöne Erinnerungen an Urlaube, Familienfeste oder andere Anlässe in einem Buch zu betrachten, als sie am Computer anzusehen.
Fotobücher sind auch eine komfortable Möglichkeit, Ihre digitalen Bilder in gedruckte Form zu bringen. Viele Anbieter stellen kostenlose Software zur Verfügung, mit der Sie Ihr persönliches Fotobuch individuell gestalten können. Die Bilder werden am PC ausgewählt, bearbeitet und zusammengestellt. Die Weitergabe an das Fotolabor erfolgt über das Internet. Zeitnah können Sie Ihr persönliches, gebundenes Fotobuch in den Händen halten. Sie lernen Schritt für Schritt, wie das funktioniert.
Inhalt
- Bildkorrekturen und Retusche
- Format anpassen
- Fotos arrangieren und mit Texten versehen
- Überblick Fotobuch-Anbieter und -Software
- Gestaltung und Bestellvorgang

K5441
Jutta Hesse-Vogel
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Fr. 10.5. / 8:30 - 11:45
Fr. 17.5. / 8:30 - 11:45
2 Termine
Anmeldeschluss 4.5.
48 €
Bitte bringen Sie eigene Digitalfotos auf CD oder USB-Stick mit! Sie benötigen eine eigene E-Mail-Adresse.

K5442
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 18.6. / 9:00 - 12:00
Di. 25.6. / 9:00 - 12:00
2 Termine
Anmeldeschluss 4.6.
48 €
Bitte bringen Sie eigene Digitalfotos auf CD oder USB-Stick mit!

K5444
Thomas Deckert
Niestetal-Heiligenrode
Wilhelm-Leuschner-Schule, Karl-Marx-Str.
Di. 4.6. / 14:30 - 17:30
Di. 11.6. / 14:30 - 17:30
2 Termine
Anmeldeschluss 21.5.
48 €
Bitte bringen Sie eigene Digitalfotos auf CD oder USB-Stick mit!

Digitale Bildbearbeitung mit GIMP

GIMP (GNU Image Manipulation Program) ist ein kostenloses Bildbearbeitungsprogramm mit großem Funktionsumfang und wird oft als Alternative zu Photoshop bezeichnet.
Inhalt
- Werkzeuge: zeichnen, auswählen, transformieren
- Ebenen und Transparenz
- Farbton, Helligkeit, Kontrast
- Retusche und Montage
- Filter und Effekte

K5449
Peter Hähnlein
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 12.4. / 17:30 - 20:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 6.4.
96 €

Bildbearbeitung mit Photoshop Elements Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie lernen, die Adobe Photoshop Oberfläche zu verstehen und für optimale Ergebnisse einzusetzen. Ob einfache Retusche-Arbeiten oder Fotomontagen: Bearbeiten und optimieren Sie Ihre Fotos mit Hilfe der Schnellkorrektur oder erweiterten Bearbeitungsoptionen. Weitere Inhalte: Bilder importieren; Größe/Farbe und Kontrast verändern; Rote Augen entfernen; Bearbeitung für die Verwendung in Fotoalben, Druck und Internet. Zahlreiche Praxisbeispiele und Übungen erleichtern Ihnen die Festigung des erworbenen Wissens für Ihre tägliche Arbeit.

K5450
Andreas Gütter
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Sa. 9.3. und So. 10.3. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 26.2.
96 €

K5451
Photoshop Elements 10
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 29.6. / 9:00 - 16:15
So. 30.6. / 9:00 - 16:15
2 Termine
Anmeldeschluss 18.6.
96 €

Bildbearbeitung auf Sylt

Kompaktkurs

Digital fotografieren: Knipsen, speichern, drucken, fertig? Wie Sie mehr aus Ihren Bildern herausholen können, wollen wir auf Sylt entdecken.
Themenschwerpunkte
- Belichtungsfehler ausgleichen
- Farben verbessern
- Digitale Retusche
- Bilder verfremden, schneiden, editieren und montieren
- Fotos digital präsentieren (Diashows, Kalender, PowerPoint, Grußkarten, etc.)

Natürlich ist in der Woche auch genügend Zeit für kleine Fotoexkursionen, individuelle Fragestellungen zur PC-Nutzung, spannende Gespräche und das „Erlebnis Sylt".

L5452
Andreas Gütter
Sylt
Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 17.11. - Sa. 23.11. / 8:00 - 16:00 /
7 Termine
Anmeldeschluss 17.9.
406 €
Informationsabend: Di., 10.9., 18:00 Uhr, vhs-Geschäftsstelle Wolfhagen, Raiffeisenweg 2
Leistungen: Ü /DZ mit Dusche und WC /VP, Seminargebühr, zzgl. 38 € EZ-Zuschlag, zzgl. Anreise

Angebot der vhs Schwalm-Eder:

Vom Entwurf zur Druckerei - Bildungsurlaub

Photoshop, InDesign, Acrobat und Illustrator CS3

Homberg, Kreisverwaltung
Mo., 21.11. - Fr., 25.11., jeweils 08:30 - 16:00
Weitere Informationen: Franz Drescher, vhs-Leiter,
Tel.: 05681-775-404

Bildbearbeitung mit Photoshop Elements Vertiefung

Präsenzkurs mit Onlinebegleitung

Über die Standardmöglichkeiten, den Inhalten des Grundkurses hinaus, wollen wir tiefer in die digitale Bildbearbeitung einsteigen. Zwischen den Präsenzterminen bieten wir Ihnen eine kontinuierliche Begleitung bei der Umsetzung Ihrer Ideen.
Geplante Themen sind u.a:
- Filtertechniken
- Arbeiten mit Ebenen
- Kreative Gestaltungsmöglichkeiten

Dieser Kurs wird durch multimediale Angebote über eine Onlineplattform begleitet und unterstützt. Wir laden Sie herzlich ein, an unserem kostenfreien Informationstreffen teilzunehmen, die Termine entnehmen Sie bitte dem Nummernbereich J5195 - J5198.

K5453
Photoshop elements 10
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Fr. 24.5. / 13:45 - 16:45
Fr. 7.6. / 13:45 - 16:45
Fr. 21.6. / 13:45 - 16:45
3 Termine
Anmeldeschluss 14.5.
72 €

Institut für Fort- & Weiterbildung
Brandenburgerstraße 4
34131 Kassel
Tel.: 0561/31 86 97-0
E-Mail: ifw@aps-awo-nordhessen.de
Internet: www.awo-nordhessen.de
Ihr erfahrener Partner für Fort- & Weiterbildungen in der Pflege
• Lehrkraft in der Altenpflege • leitende Pflegefachkraft
• Stations-, Gruppen- und Wohnbereichsleitung
• Aktivierungsideen zum Genießen und Verschenken
• Praxisanleitung Mund- und Zahnhygiene, u.v.m.
AWO

Beauty Retusche mit Photoshop Elements

Tagesseminar

Voraussetzung: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
In Hochglanzmagazinen sieht man perfekt aussehende Models auf bis ins Detail perfekten Fotos. Kaum zu glauben, dass solche Fotos schon aus der Kamera herauskommen. Sie erfahren, wie Porträts optimiert und kleine Störungen entfernt werden: Haare und Haut „schönen", Haare und ganze Personen freistellen. Die Werkzeuge Filter, Ebenen und Masken werden hierbei ausgiebig behandelt.

K5454
Andreas Gütter
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 23.2. / 9:00 - 17:00
Anmeldeschluss 12.2.
54 €

Aus guten Fotos perfekte Fotos machen

Photoshop Elements Vertiefung

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs und Photoshop Elements Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie haben ein gutes Foto erstellt, aber irgendetwas stimmt noch nicht so richtig. Sie erfahren, wie gute Fotos mit Photoshop Elements bearbeitet und sie zu perfekten Fotos veredelt werden können. Schwerpunkt wird das intensive Arbeiten mit Ebenen sein.
Inhalt
- Einstellungsebenen
- RAW
- Der richtige Ausschnitt
- Schärfen und Weichzeichnen
- Dynamic range increase (DRI)
- Montagen
- Bildausgabe

K5455
Andreas Gütter
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Sa. 13.4. und So. 14.4. / 9:00 - 16:15
Anmeldeschluss 2.4.
96 €
Bitte eigenes Bildmaterial mitbringen

Adobe Photoshop CS3 - Grundkurs

Präsenzkurs mit Online-Begleitung

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
Professionelle Bildbearbeitung mit den leistungsstarken Werkzeugen von Photoshop. Sie bereiten Ihre digitalen Bilder für die Druckausgabe, Internet-Publikationen (Webseiten, Ebay) oder den Multimedia-Einsatz vor.
Inhalt
- Wie bekomme ich meine Fotos auf den PC?
- Was bedeuten die Begriffe Pixel, Auflösung und Grafikformate?
- Bilder einfach optimieren: Kontrast, Helligkeit, Farbkorrektur
- Bilder korrigieren: Kratzer, rote Augen
- Einführung in das Arbeiten mit Ebenen
- Grundlagen der Fotomontage
- Bilder verwalten und präsentieren

K5457
Evgenia Gostrer
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mi. 20.2. / 18:15 - 21:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 13.2.
136 €
Inkl. Fachbuch

Adobe Photoshop CS3 - Aufbaukurs

Präsenzkurs mit Online-Begleitung

Vorkenntnisse: Adobe Photoshop CS3 Grundkurs oder vergleichbare aktuelle Kenntnisse
Nach dem Einstieg in die Welt der digitalen Fototechnik sind Ihnen die Grundbegriffe der Bildbearbeitung vertraut. Im Aufbaukurs vertiefen Sie nun Ihre Kenntnisse und lernen, wie Sie mit Hilfe von Photoshop noch mehr aus Ihren Bildern machen können.
Inhalt
- Bildoptimierung: Bildschärfe, partielle Kontrastkorrektur
- Einsatz von Effekten, Filtern und Masken
- Text und Schatten einfügen
- Freistellen von Bildausschnitten
- Arbeiten mit Ebenen
- Bildelemente ausschneiden und collagieren

K5459
Evgenia Gostrer
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mi. 10.4. / 18:15 - 21:30 / 5 Termine
Anmeldeschluss 3.4.
120 €

Adobe Illustrator CS3

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
Illustrator für Windows ist ein Programm zur professionellen Grafikerstellung. Sie erlernen die Grundlagen der Gestaltung, Pfade konstruieren, Vektorobjekte bearbeiten, mit Farben und Verläufen umgehen. Setzen Sie Ihr neues Wissen sofort mit praktischen Übungen um!
Inhalt
- Programmoberfläche
- Umgang mit Werkzeugen und Paletten
- Grundformen erstellen und bearbeiten
- Farben definieren
- Flächen und Konturen bearbeiten
- Verläufe anlegen und bearbeiten
- Text und Typographie
- Arbeiten mit Ebenen
- Mit Pfaden arbeiten
- Interaktives Malen

K5460
Janine Ernd
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Sa. 16.3. und So. 17.3. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 9.3.
112 €
Inkl. Fachbuch
Bitte **kein** Notebook mitbringen!

Adobe InDesign CS3 Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
InDesign für Windows ermöglicht professionelles Desktop Publishing. Lernen Sie die Grundfunktionen des Programms sowie Tricks und Kniffe kennen. In praktischen Übungen vertiefen Sie das Erlernte, um bald Ihre eigenen Printprodukte erstellen zu können.
Inhalt
- InDesign-Arbeitsbereich
- Werkzeuge
- Layout mit Text/Grafik
- Textbearbeitung
- Linien, Farben, Verläufe
- Arbeiten mit Ebenen
- Mit Pfaden arbeiten
- Preflight (Druckauftrag vorbereiten)

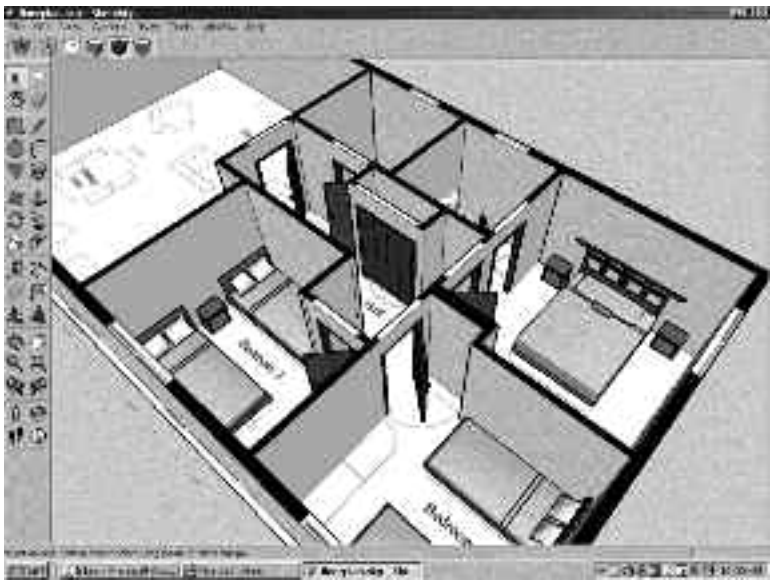
K5462
Janine Ernd
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 20.4.
112 €
Inkl. Fachbuch
Bitte **kein** Notebook mitbringen!

Adobe InDesign CS3 Aufbaukurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse Adobe InDesign
Ziel dieses Kurses ist es, Sie für die Druckausgabe von Printmedien fit zu machen, um gute eigene Ergebnisse zu erzielen. Wir werden uns mit grundlegenden Fragen zum Dokumentenaufbau, Colormanagement und Typografie beschäftigen. Sie erlernen das Überprüfen Ihrer Dateien, um einwandfreie Druckergebnisse zu gewährleisten.
Inhalt
- Druckvorgaben
- Dokumentenaufbau
- Typografie
- Colormanagement
- Preflight
- PDF/X-Standards

K5463
Janine Ernd
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Sa. 25.5. und So. 26.5. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 18.5.
96 €
Bitte **kein** Notebook mitbringen!



Corel Draw X5 Grundkurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Corel Draw ist ein professionelles Grafikprogramm, mit dem Sie qualitativ hochwertige Grafiken erstellen können, vom kleinen Logo bis hin zur mehrseitigen Publikation.
Inhalt
- Funktionen von Corel Draw
- Grafische Grundformen
- Bearbeitung und Gestaltung der Grundformen
- Grafiktext und Mengentext, Texteffekte
- Seite einrichten und Layout
- Praktische Übungen

K5466
Bernd Noé
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 16.3. / 9:30 - 17:00
So. 17.3. / 9:30 - 16:15
Anmeldeschluss 9.3.
90 €

Corel Draw X5 Aufbaukurs

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Corel Draw X5 Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Broschüren erstellen mit Corel Draw: von der Idee bis zum Kopieren
Inhalt
- Effektive und ansprechende grafische Gestaltung
- Format und Seitenzahl der Broschüre
- Hilfslinien für den Satzspiegel
- Textobjekte über mehrere Seiten
- Seitenzahlen einfügen

K5467
Bernd Noé
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 20.4. / 9:30 - 17:00
So. 21.4. / 9:30 - 16:15
Anmeldeschluss 13.4.
90 €

Google SketchUp - Modellbau am Computer

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
Den Spaß am Computer mit der Freude am Basteln zu verbinden steht im Zentrum dieses Kurses. An Beispielen wird gezeigt, wie Modelle am Computer kreativ vorgeplant werden können. SketchUp ist in einer Gratisversion sowohl für den Windows-PC als auch den Apple-Mac verfügbar. Damit wird der Computer zum 3D-Modellierkasten für jedermann. Die Handhabung des Programms ist dabei viel einfacher als bei anderen CAD-Programmen Der Kurs führt in die Grundfunktionen von SketchUp ein und vermittelt den fortgeschrittenen Nutzern effizienteres Arbeiten.
Inhalt
- Modellieren am Computer
- Vermaßen von Entwürfen
- Pläne erstellen
- Ausblick in den 3D-Druck

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter
http://de.wikipedia.org/wiki/Google_SketchUp

K5468
Jörn Kathmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Di. 26.2. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 18.2.
96 €

3D-Modellierung mit Google SketchUp

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
Google SketchUp ist eine kostenlose Software, mit der Sie dreidimensionale Modelle von beliebigen Objekten erstellen können: Ob Gebäude (Architekturskizzen), Landschaften, Möbel (Planung von Wohnungseinrichtungen), Autos oder Figuren, Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Sie erlernen im Kurs die grundlegende Programmbedienung und erarbeiten an Beispielen die Modellierung von Objekten.
Inhalt
- Grundlegende Programmfunktionen kennenlernen
- Dreidimensionale Körper erstellen
- Farben und Material verwenden und erstellen
- Gruppen und Komponenten anwenden
- Simulieren von Echtzeitschatten
- Bemaßung und Beschriftung
- Import- und Exportfunktionen
- Gebäudemodelle georeferenzieren
- Geländemodellierung

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter
http://de.wikipedia.org/wiki/Google_SketchUp

K5469
Irmgard Bardo
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 25.5. / 10:00 - 16:45
So. 26.5. / 10:00 - 16:00
2 Termine
Anmeldeschluss 18.5.
78 €

Videoschnitt mit Adobe Premiere Elements 10

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage)
Mit der professionellen Schnittsoftware Adobe Premiere Elements werden Sie aus Ihrem Filmmaterial einen knackigen Kurzfilm machen. Sie erlernen die Grundfertigkeiten des digitalen Bild- und Tonschnitts.
Inhalt
- Wie funktioniert digitaler Schnitt?
- Wie kommt gedrehtes Material in den Computer?
- Wie kann ich Musik benutzen?
- Mit einfachen Effekten den Film verbessern
- Den Film mit Titeln und Musik auf DVD brennen

Der Kursleiter ist als Film- und Videoeditor tätig.

K5470
Simon Binnenmarsch
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Fr. 22.3. / 18:15 - 21:30
Sa. 23.3. / 9:00 - 16:30
So. 24.3. / 9:00 - 16:30
3 Termine
Anmeldeschluss 16.3.
120 €
Videomaterial auf DVD, Festplatte, USB-Stick oder in der Kamera sollten unbedingt mitgebracht werden!

Trickfilm

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Bilder und Gegenstände zum Leben erwecken - seien es Puppen oder Lego-Steine, Knetfiguren oder aus Papier geschnittene Objekte - das wird das Ziel unseres Kurses sein.
Mit einem einfachen Fotoapparat ausgestattet, halten wir Bild für Bild fest. Die entstandenen Bilder fügen wir mit dem kostenlosen Programm Google Picasa zu einzelnen Sequenzen und am Ende zu einem Film zusammen.
Inhalt
- Eine Handlung entwickeln
- Figuren und Hintergründe (Bühnenbilder, Szenografie) entwerfen
- Einzelne Bewegungen Bild für Bild aufnehmen
- Fotos mit Picasa bearbeiten
- Material schneiden und als Film ausgeben

K5473
Für die ganze Familie: Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab Klasse 2
Evgenia Gostrer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 9.3. / 9:00 - 16:30
So. 10.3. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 2.3.
90 €

Apple iPad

Grundkurs

Kaum etwas hat den Elektronikmarkt in letzter Zeit so umgekrempelt wie das iPad. Entdecken Sie, wie Sie dieses kompakte Multimediawohnzimmer individuell nutzen können.
Inhalte
- Grundlagen
- iPad einrichten
- Apps laden und konfigurieren
- Praktische Alltagsanwendungen finden und nutzen
- Immer syncron mit dem heimischen PC oder Mac

K5482
Jörg Bollerhey
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Sa. 9.3. / 10:00 - 14:00
Sa. 16.3. / 10:00 - 14:00
2 Termine
Anmeldeschluss 26.2.
60 €
Bitte mitbringen: ein freigeschaltetes iPad und USB-Verbindungskabel

K5483
Jörg Bollerhey
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
So. 14.4. / 10:00 - 14:00
So. 21.4. / 10:00 - 14:00
2 Termine
Anmeldeschluss 2.4.
60 €
Bitte mitbringen: ein freigeschaltetes iPad und USB-Verbindungskabel

Apple iBooks Author - Bücher für das iPad erstellen

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage) - Nur für Apple-Mac Anwender geeignet.
Mit iBooks-Author können Publikationen für das iPad auf dem Mac erstellt werden. Das Programm ist im Moment noch sehr jung und die Möglichkeiten noch gänzlich abgesteckt. Die Software ermöglicht die Einbindung von Multimedia-Inhalten wie Videos, Fotos, Grafiken und Animationen in digitale Bücher. Dabei unterstützt es die Schwenk-Funktion des iPad von aufrechter in die waagerechte Position mit angepassten Inhalten. Bisher war das Erstellen von iBooks nur mit kostenpflichtigen (und teuren) Programmen möglich. Jetzt offeriert Apple eine einfache Möglichkeit, direkt aus dem Programm Bücher im iBooks Store zu veröffentlichen. Es dürfen aber auch Gratisinhalte über die eigene Homepage angeboten werden.

K5484
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Di. 11.6. / 18:15 - 21:30 / 2 Termine
Anmeldeschluss 4.6.
48 €
Es ist nicht erforderlich, ein iPad mitzubringen!

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Schallplatten und Audiokassetten digitalisieren

Haben Sie umfangreiche „Schätze" wie Schallplatten und Audiokassetten zu Hause, die Sie jetzt im „Digitalzeitalter" nicht mehr nutzen können? Analoge Datenträger können digitalisiert werden. Die nötigen Verarbeitungsschritte werden praktisch erklärt und vorgeführt. Sie erhalten wertvolle Hinweise zur Archivierung und Tipps für kostenfreie Programme.

K5485
Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Do. 7.3. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 26.2.
24 €

K5486
Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 11.4. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 2.4.
24 €

K5487
Peter Brockmann
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 13.6. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 4.6.
24 €
bar an der Abendkasse zu zahlen

Apple iPhone - Vertrag oder Prepaidkarte

Tagesseminar

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Sie wollen sich ein iPhone kaufen und wissen nicht, ob ein Vertrag oder eine Guthabenkarte (Prepaidkarte) das Richtige für Sie ist.
Inhalt
- Flatrate, Volumen oder Zeitarife?
- Aktueller Preisvergleich der Anbieter
- Wo stecken die Kostenfallen?
- Roaming (Durchleitung), Mobilfunk und Internet im Ausland

K5489
Jörg Bollerhey
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mo. 13.5. / 18:00 - 21:15
Anmeldeschluss 6.5.
24 €

K5490
Jörg Bollerhey
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 18.4. / 18:00 - 21:15
Anmeldeschluss 9.4.
24 €

Musik und Computer

Notensatz am Computer mit capella

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen am PC und Noten lesen können
Musiker aller Stilrichtungen schreiben ihre Noten am PC mit capella.
Inhalt
- Einarbeitung in ein weitverbreitetes Notensatzprogramm (elementare Programmfunktionen zur Erstellung eigener Partituren)
- Noten, Pausen und Vorzeichen eingeben und weiterbearbeiten
- Wechsel von Schlüssel, Tonart und Takt
- Transponieren und Stimmenauszüge
- Mehrstimmige Notenzeilen
- Liedtext und Text in der Partitur
- Gestaltungsmöglichkeiten des Partitur-Layouts

K5491
Wir verwenden immer die aktuelle Version von capella!
Christiane Ernst
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 15.6. und So. 16.6. / 9:00 - 16:00
Anmeldeschluss 8.6.
96 €
Bitte eigene Notenbeispiele, einen USB-Stick und möglichst einen PC-Kopfhörer mitbringen!

MP3 verwalten und bearbeiten mit iTunes

Vorkenntnisse: Erfahrungen am PC, mit USB-Geräten und Internet
MP3-Musikdateien sind in der heutigen Zeit fast schon der universelle Standard, um Musik zu speichern oder zu hören - doch von woher bekommt man MP3s und wie kann man den Überblick über die eigene Musiksammlung behalten?
Inhalt
- MP3-Dateien archivieren sowie mit Titel und Coverbild versehen
- CDs in MP3s umwandeln und umgekehrt
- Wie werden MP3s vom Computer auf den mobilen MP3-Player übertragen oder auf CD bzw. DVD gebrannt?
- Infos zum Downloaden von MP3s
- Risiken und Gefahren beim Herunterladen

K5492
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Fr. 7.6. / 18:15 - 20:45 / 2 Termine
Anmeldeschluss 1.6.
36 €
Bitte bringen Sie einen MP3-Player oder USB-Stick mit etwa dreißig MP3s mit!

Internetnutzung

Internet

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie lernen sich sicher im Internet zu bewegen.
Inhalt
- Wie komme ich kostengünstig und sicher ins Internet?
- Was benötige ich an Technik und Programmen?
- Dienste des Internet
- Surfen und navigieren
- Suchmaschinen nutzen
- E-Mails senden und empfangen

K5500
Evgenia Gostrer
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Fr. 22.2. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 16.2.
96 €

Internet (ohne E-Mail)

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie lernen sich sicher im Internet zu bewegen.
Inhalt
- Wie komme ich kostengünstig und sicher ins Internet?
- Was benötige ich an Technik und Programmen?
- Dienste des Internet
- Surfen und navigieren
- Suchmaschinen nutzen

K5504
Für ältere Frauen
Monique Goumet
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 13.3. / 9:00 - 13:30
Fr. 15.3. / 9:00 - 13:30
Mi. 20.3. / 9:00 - 13:30
3 Termine
Anmeldeschluss 6.3.
96 €
+ Skript 2,50 €

E-Mail für Einsteigerinnen

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie lernen sicher zu mailen, elektronische Post zu senden und zu empfangen.
Inhalt
- Was benötige ich an Technik und Programmen?
- Wie richte ich eine E-Mail-Adresse ein?
- E-Mails senden und empfangen

K5505
Monique Goumet
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mi. 10.4. / 9:00 - 13:15
Fr. 12.4. / 9:00 - 13:15
2 Termine
Anmeldeschluss 3.4.
60 €
+ Skript 2,50 €

K5506
Gerhild Baake
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mi. 20.2. / 15:15 - 17:45
Mi. 27.2. / 15:15 - 17:45
Mi. 6.3. / 15:15 - 17:45
3 Termine
Anmeldeschluss 11.2.
60 €

Googeln! Richtig suchen und finden im Internet!

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- Arten von Suchdiensten (Suchmaschinen, Metasuchmaschinen, Kataloge)
- Die nützlichsten Suchdienste (Google, Bing, Yahoo & Suchmaschinenverzeichnisse)
- Grenzen und Barrieren von Suchmaschinen
- Suchtechniken und Suchstrategien (Bedienung der Suchmaschinen, Internetseiten erfolgreich suchen und bewerten)
- Informationsrecherche / Internetrecherche (Branchenbücher, Lexika, Routenplaner, Newsletter, Zeitungen, Nachrichten, Blogs, Stellenangebote)
- Nützliche Internetadressen
- Verschiedene Browser kennenlernen (Internet Explorer, Firefox, Chrome, Safari & Co)

K5509
Hamza Küçük
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 22.3. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 16.3.
48 €

Auf Safari im Internet - den Apple-Browser effektiv nutzen

Tagesseminar

Vorkenntnisse: EDV-Grundkenntnisse
Safari ist neben Google Chrome aktuell der schnellste Browser am Markt. Entdecken Sie, wie Sie mit einigen Kniffs und Tricks blitzschnell im Internet navigieren können.
Inhalt
- Safari konfigurieren
- Tabs nutzen
- Erweiterungen auswählen und verwenden

- Lesezeichen verwalten
- Mit Google clever suchen und finden

K5510
Jörg Bollerhey
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 2.3. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 23.2.
24 €

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

Senioren gehen online

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Sie möchten Ihre Ferien von zu Hause aus planen, suchen Informationen zu den Themen, die Sie interessieren, oder möchten sich mit Ihren Kindern, Enkeln oder Freunden weltweit per E-Mail austauschen? Hier lernen Sie, welche Zugangsvoraussetzungen Sie für das Internet benötigen, und finden Orientierung im world wide web (www). Surfen, chatten und recherchieren sind nach diesem Kurs für Sie keine Fremdwörter mehr.

K5518
Für Ältere
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 9.4. / 14:00 - 17:00 / 4 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
96 €

K5523
Für Ältere
Thomas Deckert
Niestetal-Heiligenrode
Wilhelm-Leuschner-Schule, Karl-Marx-Str.
Di. 23.4. / 14:30 - 17:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 9.4.
96 €

K5524
Für Ältere
Irmgard Bardo
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Do. 11.4. / 13:45 - 16:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
96 €

Kreative Blogs erstellen

Vorkenntnisse: Erfahrungen am Computer
Blogs (Web-Logs) sind in aller Munde. Mit ihrer Hilfe ist es für kreative Menschen kinderleicht geworden, die eigenen Werke über das Internet mit Freunden, der Familie oder sogar der ganzen Welt zu teilen. Wir erstellen einen Blog (öffentliches „Tagebuch" oder „Journal") und lernen eigene oder gefundene Fotos, Zeichnungen, Videos und Texte auf unserem Blog im Internet zu veröffentlichen. Wir werden praxisbezogen auf kostenlosen Plattformen üben (möglicherweise Blogspot oder Tumblr).
Inhalt
- Was ist ein Blog?
- Einen Blog einrichten
- Texte, Bilder und Videos veröffentlichen
- Den Blog pflegen und mit anderen teilen
- Blog-Design anpassen

K5526
Für Jugendliche ab Klasse 7 und Erwachsene
Nils Knoblich
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 6.5. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 29.4.
96 €

Vortrag: Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co. - Soziale Netzwerke sicher nutzen

Sich in sozialen Netzwerken im Internet zu „bewegen" gilt heute als schick und fast schon als selbstverständlich. Trotz der Gefahren, wie zum Beispiel Datenmissbrauch, nutzen viele die Netzwerke zu ihrem privaten wie beruflichem Vorteil. Sie bewegen sich seriös und sicher über Plattformen, die wir Ihnen vorstellen möchten.

Heiko Michel Imhof
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mo. 18.3. / 19:00 - 20:30
5 €
Abendkasse

Peter Brockmann
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Do. 14.3. / 18:00 - 19:30
5 €
Abendkasse

Peter Brockmann
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mo. 8.4. / 18:00 - 19:30
5 €
Abendkasse

Facebook, XING, YouTube & Co. - Soziale Netzwerke sicher nutzen

Eine Einführung

Vorkenntnisse: Windows und Internet Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Dieser praxisnahe Kurs vermittelt, wie Sie sich seriös und sicher in sozialen Netzwerken „bewegen" können. Sie lernen die Gefahren des Internet kennen und wie Sie Ihre Daten vor Missbrauch, und somit sich und Ihre Kinder, schützen können.
Inhalt
- Welche Plattformen gibt es?
- Sinn und Nutzen von Facebook, XING und YouTube
- Ein Google-Benutzerkonto anlegen
- Was ist bei dem Anlegen eines Profils zu beachten?
- Profilpflege in Facebook, XING und YouTube
- Kommunikation und Verhalten im Internet (Netiquette)

K5530
Heiko Michel Imhof
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Mo. 8.4. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 30.3.
96 €
Wir empfehlen den Vortrag „Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co. - Soziale Netzwerke sicher nutzen" als Vorinformation zu diesem Kurs!

Apple iCloud & Co

Mit Cloudcomputing immer und überall synchron

Cloudcomputing verbindet Sie überall mit den eigenen Daten. Unabhängig davon, wo Sie sich aufhalten und mit welchem Betriebssystem Sie gerade im Internet sind.
Inhalt
- iCloud und die Alternativen
- wer beitet was und was kostet das?
- Einrichten von iCloud
- Fotostream (Sammlung auch mit anderen teilen)

K5531
Jörg Bollerhey
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Di. 26.2. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 12.2.
24 €

K5532
Jörg Bollerhey
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 7.5. / 18:00 - 21:00
Anmeldeschluss 23.4.
24 €

Internetpräsentation

Apple iWeb - Der einfache Weg zur eigenen Homepage

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse am Computer (Bedienung Maus und Tastatur, Dateiablage)
- Nur für Apple-Mac Anwender mit Vorkenntnissen und Web-Einsteiger geeignet.
Das Programm iWeb ist als Teil der iLife Suite auf fast allen aktuellen Macs vorinstalliert. Mit iWeb können in einfacher Weise ansprechende Homepages ohne Programmierkenntnisse erstellt werden. Grundlegende Kenntnisse auf dem Mac (Finder, iPhoto, Vorschau, TextEdit oder Word) müssen vorhanden sein.
Inhalt
- Welche Idee führt mich ins Web - was möchte ich veröffentlichen?
- Texte, Bilder und andere Medien sammeln und anpassen
- Bearbeitung der Vorlagen mit den Werkzeugen von iWeb
- Einführung in die Begriffe Podcast, Fotogalerie, Weblog

Unterstützung im virtuellen Business (E-Shops, Communities) bietet dieser Kurs nicht.

K5542
Jörn Kathmann
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Do. 23.5. / 18:15 - 20:45 / 4 Termine
Anmeldeschluss 15.5.
72 €

Die vhs Region Kassel - eine von Apple anerkannte Bildungseinrichtung.

HTML - Eine Homepage erstellen

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Internet Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse
Es werden Kenntnisse der HTML-Programmierung sowie der Erstellung und Einbindung multimedialer Elemente in Internetpräsentationen vermittelt.
Inhalt
- Grundlagen der Homepage-Erstellung
- Wichtige HTML-Befehle
- Schriftformatierungen, Links und Tabellen
- Einbau von Fotos und Grafiken
- Formulare
- Layout-Tipps
- Domainregistrierung
- Veröffentlichung einer Homepage per FTP
- Anmeldung bei Suchmaschinen

K5544
Manfred Stein
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Sa. 27.4. und So. 28.4. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 20.4.
113 €
Inkl. Fachbuch

Adobe Dreamweaver CS3 Grundkurs - Web-Design

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Internet Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse sowie sicherer Umgang mit Windows
Dreamweaver ist ein professionelles Werkzeug zum Erstellen von Web-Seiten und Internetanwendungen.
Inhalt
- Mit Seiten, Texten, Hyperlinks, Bildern, Tabellen und Frames arbeiten
- Formulare erstellen
- HTML-Code bearbeiten
- Veröffentlichung einer Website

K5550
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 13.4. / 9:00 - 16:30
So. 14.4. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 6.4.
106 €
Inkl. Fachbuch

Adobe Dreamweaver CS3 Aufbaukurs - Barrierefreie Seiten und CSS

Vorkenntnisse: sichere HTML-Kenntnisse oder Dreamweaver Grundkurs
Sie kennen Dreamweaver und wollen Web-Seiten mit CSS - Cascading Style Sheets - umsetzen? Oder möchten Sie eine alte Seite auf einen zeitgemäßen barrierefreien Standard bringen? Lernen Sie, wie das Aussehen von Schriften, Hintergründen, Abständen usw. mit CSS professionell gesteuert wird. Außerdem zeigen wir Kniffe und Tricks, mit denen Sie tolle Effekte auf Internetseiten bringen können.
Inhalt
- Was sind CSS und worin liegt ihr Nutzen?
- Was macht eine barrierefreie Seite aus?
- Layoutgestaltung ohne Tabellen
- Tipps und Tricks

K5551
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Di. 7.5. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 30.4.
96 €
+ Skript 1 €

Dynamische Web-Seiten mit PHP

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erste Erfahrungen mit dem Erstellen von Web-Seiten oder mit einer Programmiersprache
PHP ist eine weitverbreitete und beliebte Programmiersprache im Bereich des Internet. Mit ihrer Hilfe lassen sich dynamische Web-Seiten erstellen. Den Interpreter für diese Skriptsprache gibt es kostenlos. PHP-Befehle werden direkt in den HTML-Code der Internetseite eingebettet.
Inhalt
- Grundlage der Sprache PHP
- Variablen und Datentypen
- Kontrollstrukturen
- Indizierte Felder
- Funktionen erstellen
- Formulare in Web-Seiten erstellen und auswerten
- Zugriff auf externe Dateien

K5560
Manfred Stein
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 8.6. und So. 9.6. / 9:00 - 16:30
Anmeldeschluss 1.6.
96 €

Joomla! - ein kostenfreies CMS

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit HTML oder Dreamweaver
Joomla ist ein kostenfreies Content Management System. Damit können Sie von jedem Ort der Welt Web-Seiten online erstellen und bearbeiten.
Inhalt
- Installation und Überblick (XAMPP-Umgebung)
- Arbeiten im Backend und Frontend
- Welche Module und Komponenten gibt es?
- Benutzerrechte und Bereiche zuweisen
- Wartungsarbeiten am System

K5570
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Sa. 1.6. / 9:00 - 16:30
So. 2.6. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 25.5.
99 €
Inkl. Fachbuch
Bitte eigenen USB-Stick mitbringen!

Internetshop / Onlineshop selbst erstellen

mit der kostenlosen eCommerce Shopsoftware xtcModified

Vorkenntnisse: Solide Grundkenntnisse am Computer, Kenntnisse in HTML oder Dreamweaver wären vorteilhaft
Ein einfacher Shop im Internet ist schnell erstellt... Wir schauen uns das Shopsystem xtcModified auf Basis von xt:Commerce (xtc) an und installieren einen Übungsshop inklusive Webserver auf einem USB-Stick. Das Einrichten von Kategorien, Artikeln, Versand- und Zahlungsmöglichkeiten sowie die Konfiguration des Shops erarbeiten wir gemeinsam. Außerdem werden wir noch die Möglichkeit der Datensicherung kennenlernen.
Inhalt
- Installation eines Shops auf einem USB-Stick
- Einrichtung des Shops mit Artikeln und Kategorien
- Wichtige Einstellungen vornehmen
- Datensicherung mit phpMyAdmin oder einem ähnlichem Programm zur Verwaltung einer Datenbank
- Wartungsarbeiten / Updates
- Hilfsmittel kennenlernen (Software, Forum, Online-Handbuch)

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.modified-shop.org

K5573
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Mi. 5.6. / 18:15 - 21:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 29.5.
96 €
Bitte eigenen USB-Datenstick mit ein bis zwei GB freiem Speicherplatz mitbringen!

Besser formulieren im Internet - Mit guten Texten zum Erfolg

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse am Computer und im Internet, gute Deutschkenntnisse
Texte für Internetseiten sind oft zu lang und nicht aussagekräftig. Gute Texte sind aber das A und O für den Erfolg. Wir analysieren Internetseiten auf ihren Informationsgehalt und erarbeiten kurze, aber prägnante Texte, die für Menschen und Suchmaschinen gut lesbar sind.
Inhalt
- Lesegewohnheiten am Computer und im Internet

- Was macht einen guten Text aus?
- Beispiele für ungünstige und gute Texte auf Internetseiten
- Verfassen von kurzen und aussagekräftigen Informationen für einen Internetauftritt

K5574
Katja Schirakowski
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Di. 5.3. / 18:15 - 21:30 / 2 Termine
Anmeldeschluss 25.2.
48 €
Bitte ein bis zwei eigene Texte mitbringen, die wir bearbeiten können.

K5575
Katja Schirakowski
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Fr. 5.4. / 14:30 - 17:45 / 2 Termine
Anmeldeschluss 19.3.
48 €
Bitte ein bis zwei eigene Texte mitbringen, die wir bearbeiten können.

Suchmaschinenoptimierung - SEO

Vorkenntnisse: Erste Erfahrungen mit dem Erstellen von Web-Seiten
Oft erfüllen Websites nicht die Erwartungen ihrer Betreiber, weil die Internetbesucher wegbleiben. Die Ursache dafür liegt zum großen Teil darin, dass die Website im Internet nicht gefunden wird.
Die meisten Internetnutzer verwenden Suchmaschinen wie Google, um Internetseiten zu finden. Um so wichtiger ist es, dass die eigene Internetseite in den unbezahlten Suchergebnissen auf höheren Plätzen erscheint (Suchmaschinenranking). Die Grundlage hierfür bildet die Suchmaschinenoptimierung oder Search Engine Optimization (SEO; engl.).
In diesem Seminar behandeln wir die Grundlagen der Suchmaschinenoptimierung von der Planung der Website über die Gestaltung von Texten bis hin zur Beschriftung von Bildern. Wir zeigen Probleme und oft gemachte Fehler auf und erklären, wie man diese vermeiden kann. Zum Seminar gehört ein praktischer Teil. Darin können Sie Ihre eigene Web-Seite analysieren, umgestalten und optimieren. Sie benötigen lediglich Stift und Papier, ein PC ist nicht erforderlich (Sie können jedoch gerne Ihr Notebook oder Tablet PC mit mobilem Internetzugang mitbringen).

Inhalt
- Was ist Suchmaschinenoptimierung?
- OnPage-Optimierung / OffPage-Optimierung
- Planung der Ziele für die Website
- Keyword-Recherche, Auswahl von richtigen Suchbegriffen
- Vorstellung von nützlichen Online-Tools
- Textgestaltung, Nutzung von richtigen Formaten
- Seitenaufbau, korrekte Bezeichnung und Beschriftung von Dateien, Bildern etc.
- Wie lassen sich häufig gemachte Fehler vermeiden?

K5576
Hamza Küçük
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mo. 3.6. / 18:15 - 21:30
Mo. 10.6. / 18:15 - 21:30
2 Termine
Anmeldeschluss 27.5.
48 €

Projektmanagement

Projektmanagement mit MindManager X6 Pro

Projekte kreativ organisieren mit MindManager in Zusammenarbeit mit Microsoft Office und Microsoft Project

Tagesseminar

Vorkenntnisse: Solide Erfahrungen mit Windows
Mit der visuellen Mapping-Software MindManager können Sie einfach und flexibel Ihre Ideen festhalten und Ihre Projekte organisieren. Ein vernetztes Arbeiten im Team ist möglich.
Inhalt
- Projektideen über Brainstorming sammeln
- Projektschritte ermitteln
- Arbeitsvorgänge definieren
- Mit Mindmapping Besprechungen effektiv organisieren
- Mindmaps nach Powerpoint, Word und Project exportieren
- Standortübergreifend vernetzt arbeiten (Teamkooperation)

Dieser Kurs ist in sich abgeschlossen, Sie können Ihre Projektmanagement-Kenntnisse aber im anschließenden Project-Wochenendseminar K5585 vertiefen.

K5580
Axel Schulz
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Fr. 7.6. / 9:00 - 17:15
Anmeldeschluss 25.5.
54 €
+ zwei Skripte 7 €

Microsoft Project

Wochenendseminar

Vorkenntnisse: Solide Erfahrungen mit Excel
Microsoft Projekt ist ein modernes und leistungsfähiges Werkzeug zum Managen von kleinen und auch komplexen Projekten.
Inhalt
- Grundlagen der Projektverwaltung
- Funktionen und Aufbau von Microsoft Project
- Ansichten und Darstellungsarten
- Ressourcen- und Kostenplanung
- Projektverfolgung
- Mehrprojekttechnik

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter
http://de.wikipedia.org/wiki/Microsoft_Project
Die Teilnahme am vorangehenden Projektmanagement-Tagesseminar K5580 ist keine Voraussetzung, ist aber hilfreich.

K5585
Project 2010
H.-Friedrich Lammers
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Sa. 8.6. / 9:00 - 16:30
So. 9.6. / 9:00 - 15:45
Anmeldeschluss 25.5.
106 €
Inkl. Fachbuch

Programmiersprachen

Visual Basic for Applications

Routineaufgaben in Office 2010 automatisieren

Bildungsurlaub

Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse in mindestens einer Office-Anwendung wie Access, Excel oder Word
Mit der im Microsoft Office-Paket enthaltenen Programmiersprache lassen sich Routineaufgaben automatisieren oder Lösungen realisieren, die mit den Standardfunktionen der Office-Programme nicht möglich sind.
Inhalt
- Grundlagen der Programmiersprache VBA
- Die Objektmodelle der Microsoft Office-Programme
- Variablen und Datentypen
- Kontrollstrukturen
- Subroutinen und Funktionen
- Werkzeuge für die Fehlerbeseitigung
- Erstellen einfacher VBA-Anwendungen (überwiegend unter Excel)

K5591
Manfred Stein
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5O12
Mo. 17.6. - Fr. 21.6. / 5 Termine
Anmeldeschluss 6.5.
257 €
Inkl. Fachbuch
Schriftliche Anmeldung erforderlich!

Wir werden im Herbst/Winter 2013 voraussichtlich wieder eine Einführung in die Programmierung mit Microsoft Visual Basic 2010 Express Edition anbieten.

Einführung in die Microcontroller-Technik

Vorkenntnisse in der Microcontroller-Technik sind nicht erforderlich, es sollten aber Kenntnisse der Digitaltechnik und einer beliebigen Hochsprache (Programmiersprache) vorhanden sein.
In der heutigen Welt sind Microcontroller in Waschmaschinen, Zeitschaltuhren, Handys und anderen elektronischen Geräten nicht mehr wegzudenken. Sie lernen die theoretischen und praktischen Grundlagen von Assembler, logische Strukturen und Verzweigungsstrukturen kennen.
Inhalt
- Was ist ein Microcontroller?
- Einsatzgebiete von Microcontrollern
- Den Microcontroller AVR Mega 8 von Atmel© mit dem Experimentierboard praktisch kennenlernen
- Einfache und anspruchsvolle Steuerungsaufgaben in der maschinennahen Programmiersprache Assembler auf dem Computer erstellen
- Anwendungen auf das Experimentierboard übertragen und testen

K5593
Donald Hoffmann
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Di. 9.4. / 18:15 - 19:45 / 8 Termine
Anmeldeschluss 2.4.
96 €

Wir werden im Herbst/Winter 2013 voraussichtlich wieder ein Lego Mindstorm NXT-Wochenendseminar für Erwachsene und Kinder anbieten.

Lesen und Schreiben für Erwachsene

Trotz Schulpflicht gibt es viele Menschen, die nur unzureichend lesen und schreiben können. Oftmals führt das zu schweren Belastungen im Alltagsleben, zu Hemmungen und Ängsten bei Ämtern oder beim Ausfüllen von Formularen. Wenn Sie jemanden kennen, der betroffen ist und sich selbst helfen will, dann können wir Ihnen helfen.

Um einen guten Start im richtigen Kurs zu ermöglichen, ist es notwendig, ein Beratungsgespräch zu vereinbaren.

Ansprechpartner: Thomas Ewald,
Tel. 0561-10031695

Ein Einstieg in laufende Kurse ist grundsätzlich immer möglich.

K5801
Angela Stein
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74
Mo. 11.2. / 18:00 - 21:00 / 18 Termine
90 €

K5802
Angela Stein
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 112
Di. 12.2. / 17:00 - 20:00 / 19 Termine
95 €

K5804
Grundkurs
Elisabeth Mengel
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 15:45 - 19:00 / 36 Termine
Di. und Do. jeweils 15:45 - 19:00
195 €

K5806
Elisabeth Mengel
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 11.2. / 17:00 - 19:15 / 36 Termine
Mo. und Mi. jeweils 17:00 - 19:15
135 €

Schreibwerkstatt

Die Schreibwerkstatt hilft Personen mit Schreibschwierigkeiten und leitet dazu an, einen eigenen Schreibstil zu entwickeln.

K5807
Dagmar Cropp-Oelschlägel
Kassel
Kulturzentrum Schlachthof
Mi. 13.2. / 17:00 - 20:00 / 18 Termine
90 €

Lesen und Schreiben lernen für Erwachsene mit Lernschwierigkeiten

K5808
Berit Knorr
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Di. 12.2. / 15:15 - 17:30 / 19 Termine
71,50 €

Kurse zur Rechtschreibung finden Sie unter den Nummern K5012 und K5013, Seite 146

Kinder-vhs

Foto: Christa el Kashef/picelio.de

Kinder-vhs

Die „Kinder-vhs“ der Volkshochschule Region Kassel freut sich auf den Besuch von Kindern und Jugendlichen.
Damit Ihr Kind gut und sicher bei uns lernen kann, bitten wir Sie folgendes zu beachten:
Ob kreatives Angebot oder Fahrradtour mit Übernachtung: wir haben stets nur eine begrenzte Zahl an „Arbeitsplätzen“, Material, Fahrkarten oder Übernachtungsmöglichkeiten anzubieten. Deshalb muss uns für alle Kurse rechtzeitig vor dem ersten Veranstaltungstag eine Anmeldung durch die Eltern vorliegen.
Wir erwarten von Ihnen, dass Sie Ihr Kind am ersten Veranstaltungstag in den Kursraum begleiten, um es persönlich der Obhut der Kursleitung zu übergeben. Bei Bedarf können Sie Ihr Kind bereits im laufenden Kurs für eine Fortsetzung anmelden oder über das Internet, Fax und Telefon im voraus einen der begehrten Plätze belegen.
Wir beraten Sie gern.

Ansprechpartner/-innen

Ballett **Malen** **Tanz** **Töpfern und Weben** **Abenteurer unterwegs**	Dr. Klaus-Peter Lorenz, Hofgeismar Tel. 05671-8001 2220 dr.-klaus-peter-lorenz@ landkreiskassel.de
Musik **Yoga**	Achim Rache, Kassel Tel. 0561-1003 1685 achim-rache@landkreiskassel.de
Schwimmen **Sport und Spiel** **Entspannung** **Backen**	Susanne Ebbers, Wolfhagen Tel.: 05692-987 3190 susanne-ebbers@landkreiskassel.de
Mathematik **Naturwissenschaften**	Dr. Wolfgang Jacob, Kassel Tel. 0561-1003 1697 wolfgang-jacob@landkreiskassel.de
Sprachen	Fritz Kahre, Kassel Tel. 0561-1003 1694 fritz-kahre@landkreiskassel.de
Computerschreiben **EDV**	Elfriede Schäth, Wolfhagen Tel. 05692-987 3193 elfriede-schaeth@landkreiskassel.de
EDV	H.-Friedrich Lammers, Kassel Tel. 0561-1003 1687 friedrich-lammers@landkreiskassel.de
Koordination	Gerhard Klingelhöfer, Kassel Tel. 0561-1003 1670 gerhard-klingelhoefer@ landkreiskassel.de

Musik

Unter dem Motto „Spielen(d) lernen" bieten wir Ihren Kindern einen Weg, Tasteninstrumente wie Keyboard/Klavier oder Sopranblockflöte leicht und mit Spaß zu erlernen. Der Unterricht erfolgt in Kleingruppen von 5-6 Kindern, so dass eine gute, individuelle Begleitung und Förderung gewährleistet ist.

Keyboard/Klavier

Kinder lernen mit Hilfe einer Klavierschule das beidhändige Spiel auf Keyboard/Klavier sowie die Notenschrift und ihre Anwendung.

K6220
Grundkurs
(Kleingruppe)
Silke Münner
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 15:00 - 15:45 / 15 Termine
67,50 €

K6221
Grund- und Aufbaukurs
(Kleingruppe)
Silke Münner
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 15:45 - 16:30 / 15 Termine
67,50 €

K6222
Voraussetzung: z. B. Grundkurs
Aufbaukurs
(Kleingruppe)
Silke Münner
Kassel
Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Di. 12.2. / 16:30 - 17:15 / 15 Termine
67,50 €

Sopranblockflöte

Grundkurs

Kinder lernen mit Hilfe einer Flötenschule das Spiel auf der Blockflöte und erwerben erste Notenkenntnisse.

K6225
(Kleingruppe)
Silke Münner
Kassel
Bürgerhaus Harleshausen, Rolf-Lucas-Str. 22
Mi. 13.2. / 14:45 - 15:30 / 15 Termine
67,50 €

Foto: Xenia Kehnen/picelio.de

Ballett

Ballett 1

ab 5 Jahre

K6230
Yukie Fukuzumi-Weinrich
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Mo. 11.2. / 15:30 - 16:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 5.2.
65 €

K6231
Yukie Fukuzumi-Weinrich
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Fr. 15.2. / 14:30 - 15:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
65 €

Ballett 2

ab 8 Jahre

K6232
Yukie Fukuzumi-Weinrich
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 012
Fr. 15.2. / 15:30 - 16:30 / 15 Termine
Anmeldeschluss 7.2.
65 €

Ballett

Für Kinder und Jugendliche, Waganowa-Methode

Von einfachen Schritten bis zu kleinen Choreografien beherrschen die kleinen Kinder die Grundlagen der klassischen Balletterziehung. Dabei wird richtige Körperhaltung und Bewegungspräzision vermittelt. Durch Begleitung von klassischer Musik entwickelt sich das Rhythmusgefühl.

K6233
Irina Kotovitch
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Aktionsraum
Di. 12.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
Anmeldung nach Beratung durch die Kursleitung: 0561-4000265
Anmeldeschluss 6.2.
75 €

K6234
Irina Kotovitch
Kassel
Elisabeth-Selbert-Haus, Frankfurter Str. 298
Fr. 15.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
Anmeldung nach Beratung durch die Kursleitung: 0561-4000265
Anmeldeschluss 12.2.
75 €

Malen

Frühling wird es nun bald!

Mal-Wochenende für Eltern, Großeltern und Kinder von 6-99

Wochenendseminar

Wenn die graue Zeit zu Ende geht, erwacht die Vorfreude auf die Farben des Frühlings. Eine schöne Zeit für Eltern oder Großeltern, etwas Gemeinsames zu tun. Bei diesem Wochenende werden nicht nur Maltechniken vermittelt und ausprobiert, es werden von der Künstlerin auch frühlingshafte Geschichten und Legenden erzählt, die auf das Wiedererwachen der Natur einstimmen und zu Bildern anregen sollen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, Malmaterial wird im Kurs bereitgestellt, Plätzchen und Tee können gerne mitgebracht werden.

K6266
Ursula Porada
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 008
Sa. 9.3. / 13:00 - 18:00
So. 10.3. / 13:00 - 17:00
Ein zweites oder drittes Geschwisterkind in Begleitung eines Erwachsenen nimmt gebührenfrei teil - und zahlt lediglich die Materialkosten.
Anmeldeschluss 27.2.
34 €
+ 12 € Material (vor Ort zu zahlen)

Töpfern und Weben

Töpfern für Kinder

Ab 6 Jahren oder letztem Kindergartenjahr

Gemeinsam kneten, formen und gestalten mit Ton. Es entstehen kleinere Gefäße und Skulpturen. Anschließend werden die getöpferten Sachen gebrannt, bemalt und teilweise glasiert. Das leichte Gestalten trainiert die Feinmotorik der Hände, die Konzentrationsfähigkeit und das räumliche Sehen. Schöpferische Phantasien nehmen Form an. Lernen, wie es Kindern Spaß macht!

K6282
Laura Grass-Zabel
Vellmar-Obervellmar
Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Mi. 13.3. / 16:30 - 18:00 / 6 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
45 €
+ Material und Brennkosten

Tonwerkstatt für Kinder

Ton ist ein experimentierfreudiges Material. Eigene Ideen können darin ausprobiert und umgesetzt werden. Gemeinsam wird mit Ton geknetet, geformt und gestaltet. Dabei werden die Techniken des Modellierens, Aufbauens und Abformens gelernt.
Kleine Tiere und Figuren werden aus Ton modelliert, aus Tonplatten Behausungen gebaut. Aus einfachen Daumenschälchen entstehen Gefäße. Schalen, Tassen, Teller oder Windlichter werden hergestellt. Einzelne Werke können bemalt oder glasiert werden.

K6284
Monika Bodenmüller
Grebenstein
Burgbergschule, Hofgeismarer Str. 9
Do. 14.2. / 15:00 - 16:30 / 8 Termine
Anmeldeschluss 8.2.
51 €
+ Materialkosten 10 €

Weben: Basteln eines einfachen Webrahmens und Weben eines Bildes

Ein Vater-Kind-Wochenende

Mit freundlicher Unterstützung der Vätergruppe Kassel e.V.

Wochenendseminar

Nach einem Rundgang mit Vorführungen des Spinnens und Webens im Weberei-Museum Kircher werden aus Haselnussbaumstöcken einfache Webrahmen gebastelt und mit einer Kette aufgespannt. Beim anschließenden Bildweben darf der Kreativität freier Lauf gewährt werden. Die kleinen gewebten Bilder bleiben auf dem dekorativen Holzwebrahmen.
Bitte bunte Wollreste mitbringen; sie können aber auch gegen einen kleinen Kostenbeitrag (max. 5 Euro) erworben werden.
Gebastelt und zu Mittag gegessen wird im Weberei-Museum Kircher. Abends gibt es Stockbrot und Grillwürstchen am Lagerfeuer auf dem Campingplatz an der Weser. Übernachtet wird dort in Hütten.
Am Samstagmittag werden Pizzaböden belegt, gebacken und verzehrt. Das Grillen am Abend findet auf dem Campingplatz statt. Sonntags wird im Museum gefrühstückt und zu Mittag gibt es eine leckere Suppe mit Bockwurst (oder ohne). Getränke stehen jederzeit zur Verfügung. Für den Samstagnachmittag gibt es Kuchen satt.

K6290
Nora Kircher
Oberweser-Gieselwerder
Weberei-Museum Kircher, Steinweg 2
Sa. 25.5. / 11:00 - 17:00
So. 26.5. / 9:30 - 14:30
Teilnehmergebühr je Kind; Väter gebührenfrei, Zusatzkosten vor Ort zu entrichten.
Weitere Beratung durch die Kursleitung: 05572-4448.
Anreise bitte bis 10:30 Uhr.
Anmeldeschluss 25.4.
42 €
Kosten für Essen und Getränke an beiden Tagen: 15 Euro pauschal.

Abenteurer unterwegs

Flusspiraten

Ein Vater-Kind-Kanu- und Zeltwochenende an der Diemel (ab 7 Jahre)

Kooperation mit der Vätergruppe Kassel e.V.

Wochenendseminar

Am Wasserschloss Wülmersen werden die Zelte aufgeschlagen und ein Piratenlager eingerichtet. Am Samstag werden nach einem Fußmarsch zur Domäne in Trendelburg die Kanus gekapert. Danach ist die Diemel flussabwärts bis Bad Karlshafen fest in der Hand von Kindern und Vätern (Väter und Kinder müssen schwimmen können).
Die Abende klingen nach Piratensitte am Lagerfeuer aus.

K6292
Achim Mathusek
Trendelburg-Wülmersen
Wasserschloss
Fr. 14.6. / 16:30 - 21:00
Sa. 15.6. / 9:00 - 21:00
So. 16.6. / 9:00 - 13:30
Anmeldeschluss 19.4.
98 €
Leistungen: Seminar- Kanu- und Zeltplatzgebühr für Vater
+ Selbstverpflegung (vor Ort zu zahlen)
+ 28 € Kanu- und Zeltplatzgebühr pro Kind

Nichts für Angsthasen!

Ein gruseliges Vater-Kind-Wochenende (ab 6 Jahre)

Kooperation mit der Vätergruppe Kassel e.V.

Wochenendseminar

Väter mit ihren Kindern können sich hier ausgiebig im Gruseln üben. Selbst hergestellte Kürbislaternen, Gruselgeschichten am Lagerfeuer mit Stockbroten, Würstchen und Gespensterpunsch sowie ein Gang durch finstere Gemäuer des alten Wasserschlosses und dunkle Wälder mit Schatzsuche lassen es einem eiskalt den Rücken herunter laufen.

L6294
Achim Mathusek
Trendelburg-Wülmersen
Wasserschloss
Sa. 2.11. / 10:30 - 21:00
So. 3.11. / 9:00 - 13:00
Anmeldeschluss 13.9.
63 €
Leistungen: Seminargebühr, Übernachtung für Vater
+ 10 € Übernachtungskosten pro Kind
+ 15 € Material- und Verpflegungskosten pro Person vor Ort zu zahlen
Grillgut selbst mitbringen!

Schwimmen

Baby- und Kleinkinderschwimmen

Fit im und unter Wasser

Von der Wassergewöhnung bis zu den Anfängen der Selbstrettung.

K6301
für Kinder im Alter von 4 - 12 Monaten mit einem Elternteil
Edelgard Behrje-Lieberknecht
Immenhausen
Hallenbad, Bernhardt-Vocke-Str. 5
Do. 14.2. / 10:30 - 11:15 / 17 Termine
Anmeldung und Vorbesprechung: Mi., 13.2., um 20 Uhr, Freiherr-vom-Stein-Schule, Immenhausen, Kampweg 24
76,50 €
inkl. Eintritt Hallenbad

K6302
für Kinder im Alter von 1 - 2 Jahren mit einem Elternteil
Edelgard Behrje-Lieberknecht
Immenhausen
Hallenbad, Bernhardt-Vocke-Str. 5
Do. 14.2. / 9:45 - 10:30 / 17 Termine
Anmeldung und Vorbesprechung: Mi., 13.2. um 20 Uhr, Freiherr-vom-Stein-Schule, Immenhausen, Kampweg 24
76,50 €
inkl. Eintritt Hallenbad

K6303
für Kinder im Alter ab 1,5 Jahren mit einem Elternteil
Edelgard Behrje-Lieberknecht
Immenhausen
Hallenbad, Bernhardt-Vocke-Str. 5
Do. 14.2. / 9:00 - 9:45 / 17 Termine
Anmeldung und Vorbesprechung: Mi., 13.2., 20:00 Uhr, Freiherr-vom-Stein-Schule, Immenhausen, Kampweg 24
76,50 €
inkl. Eintritt Hallenbad

Schwimmen für Kinder

Wassergewöhnung, Gleiten, Tauchen, Springen

Ziel des Kurses ist es, Schwimmen mit Hilfsmitteln zu erlernen.

K6306
Ab 4 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Di. 5.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel: 05671-500079 und 05671-81813
50 €
+ Einritt Hallenbad

Grundkurs

Ziel des Kurses ist das Schwimmen ohne Hilfsmittel und der Erwerb des „Seepferdchens".

K6307
Ab 5 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Di. 5.2. / 15:00 - 16:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Eintritt Hallenbad

K6308
Ab 5 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Do. 7.2. / 14:30 - 15:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Eintritt Hallenbad

Aufbaukurs

Durch intensives Training kann das Bronze- oder Silberabzeichen erworben werden.

K6309
Ab 5 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Di. 5.2. / 17:15 - 18:15 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Einritt Hallenbad

K6310
Ab 5 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Do. 7.2. / 15:30 - 16:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Eintritt Hallenbad

K6311
Ab 5 Jahre
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Do. 7.2. / 16:30 - 17:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Eintritt Hallenbad

Schwimmen für Kinder - Juniorretter

Durch intensives Training kann der Juniorretter erworben werden.

K6312
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Fr. 8.2. / 18:30 - 19:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813.
50 €
+ Einritt Hallenbad

K6313
Veronika Humburg
Hofgeismar
Ganzjahresbad, Schöneberger Str. 16
Fr. 8.2. / 19:30 - 20:30 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung: Tel. 05671-500 079 und 05671-81813
50 €
+ Einritt Hallenbad

Sport und Spiel

Eltern-Kindturnen

ab 2 Jahre

Bitte Anti-Rutschsocken und Getränke mitbringen.

K6314
Für Kinder von 2 - 3 Jahre
Ute Rost
Habichtswald-Ehlen
Grundschule, Oderweg 7
Mo. 11.2. / 17:00 - 18:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel. 05606-60595
50 €

Sport und Spiel für Kids ab 3 Jahre

Bitte Sportbekleidung, Turnschuhe und Getränke mitbringen.

K6315
Ute Rost
Habichtswald-Ehlen
Grundschule, Oderweg 7
Mo. 11.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel. 05606-60595
50 €

Sport und Spiel für Kids ab 3 Jahre

Aufbaukurs

Bitte Sportbekleidung, Turnschuhe und Getränke mitbringen.

K6316
Ute Rost
Habichtswald-Ehlen
Grundschule, Oderweg 7
Di. 12.2. / 16:15 - 17:15 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel. 05606-60595
50 €

Spiel, Sport und Spaß an der Bewegung

Bitte Sportbekleidung, Turnschuhe und Getränke mitbringen.

K6317
Ab 6 Jahre
Ute Rost
Habichtswald-Ehlen
Grundschule, Oderweg 7
Di. 12.2. / 17:15 - 18:15 / 15 Termine
Anmeldung nur nach Beratung durch die Kursleitung, Tel. 05606-60595
50 €

Judo

Grundkurs

Judo ist eine alte japanische Kampfsportart und bedeutet übersetzt „der sanfte Weg". Egal, ob groß oder klein, jede(r) kann diese Sportart ausüben. Positiver Nebeneffekt: Sie erlernen quasi nebenbei Selbstverteidigungstechniken. Gut geeignet auch für Mädchen.

K6318
Kinder und Jugendliche 6 - 14 Jahre
Norbert Arnold
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mi. 13.2. / 15:00 - 16:30 / 10 Termine
50 €

Aufbaukurs

K6319
Kinder und Jugendliche 6 - 14 Jahre
Norbert Arnold
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, Gymnastikraum 202
Mi. 13.2. / 16:30 - 18:00 / 21 Termine
105 €

Foto: Si-Hing Andreas Schmitt

Gewaltprävention für Mädchen (6-10 Jahre)

WingTsun - Jedes Mädchen kann lernen, sich selbst zu schützen!

Ferienkurs

In diesem Kurs wird den Mädchen angemessenes Verhalten in Streitsituationen und in (alltäglichen) Grenzüberschreitungen vermittelt. Sei es in der Schule, bei Fremdtätern oder mit Menschen aus ihrem sozialen Umfeld. Wir üben den Einsatz der Stimme und der Körpersprache und finden individuelle Lösungen in der Selbstbehauptung und in der Selbstverteidigung. Es werden reale Situationen aus dem Alltag der Mädchen aufgegriffen und Verhaltensweisen (ein)geübt, die sie im Ernstfall befähigen, angemessen zu handeln. Gewaltprävention bedeutet eine Situation frühzeitig zu erkennen und zu stoppen, bevor sie eskaliert. Bitte Indoor-Turnschuhe, bequeme Kleidung, eine Decke und etwas zu essen und trinken mitbringen.

K6320
Sabine Mackrodt
Kassel
WingTsun, Schule für Frauen, Sickingstr. 10
Fr. 5.4. / 11:00 - 16:00
Anmeldeschluss 22.3.
25 €
+ € 3 für Raumnutzung

Mountainbike Fahrtechniktraining - Grundkurs

Kinder 8 - 12 Jahre

Tagesseminar

Hier wirst du sattelfest und lernst, dein Mountainbike zu beherrschen. Es werden alle wichtigen Grundtechniken des Mountainbikens vorgeführt und unter fachlicher Anweisung von dir geübt. Dazu gehört das extrem langsa-

me Fahren, enge Wendungen und Kurven, das richtige Bremsen, Techniken für das Bergauf- und Bergabfahren und das richtige Schalten bzw. der Gangwechsel. Bei allem Training steht doch der Spaß und das Fahrerlebnis an erster Stelle.
Mountainbikes sind nicht unbedingt erforderlich. Das Fahrrad muss verkehrssicher sein. Erforderlich sind: Fahrradhelm, Handschuhe, Schuhe mit fester griffiger Sohle (keine Turnschuhe), zweckmäßige Radbekleidung (keine weiten Hosen und T-Shirts), Ersatzschlauch und Luftpumpe, Regenjacke und Verpflegung.

K6323
Jörg Führer
Niestetal-Sandershausen
Mehrzweckplatz unter der Autobahnbrücke
Sa. 11.5. / 10:00 - 14:00
Anmeldeschluss 3.5.
21,50 €

Inline-Skating 6 - 9 Jahre

Grundkurs

Tagesseminar

Ein Theorie- und Praxisworkshop für alle, die Inline-Skating von Grund auf erlernen möchten, von Fahrtechniken wie Umsteigen, Kurven fahren, Slalom, rückwärts fahren bis zu Bremstechniken und dem richtigen Fallen. Erforderlich sind Inline-Skates mit montierter Fersenbremse und kompletter Schutzbekleidung.
Der Kurs findet auch bei Regen bzw. schlechtem Wetter statt (im OTC). Treffpunkt ist immer der Besucherparkplatz an der Hauptwache des Volkswagenwerkes.

K6332
Harald Ehrhardt
Baunatal-Altenbauna
VW-Werk
Sa. 6.4. / 12:15 - 14:30
Anmeldeschluss 20.3.
12 €

K6333
Harald Ehrhardt
Baunatal-Altenbauna
VW-Werk
Sa. 13.4. / 12:15 - 14:30
Anmeldeschluss 8.4.
12 €

K6334
Harald Ehrhardt
Baunatal-Altenbauna
VW-Werk
Sa. 27.4. / 12:15 - 14:30
Anmeldeschluss 15.4.
12 €

K6335
Harald Ehrhardt
Baunatal-Altenbauna
VW-Werk
Sa. 4.5. / 12:15 - 14:30
Anmeldeschluss 26.4.
12 €

Entspannung

Kleine und große Füße

Fußreflexzonenmassage für Kinder ab 6 Jahren mit einem Elternteil

Tagesseminar

Ein Kind und ein Elternteil massieren sich gegenseitig. Mit Freude, Reimen, einfachen Finger- und Fußspielen kann ein Zugang zur Fußreflexzonenmassage gefunden werden. Sie verbringen zusammen mit Ihrem Kind eine Zeit intensiven und auch häufig beruhigenden Kontaktes. Das zusammen Erlernte kann später über schwierige Situationen, etwa am Abend, hinweghelfen.
Bitte eine Isomatte, Decke, ein Kissen und Handtuch mitbringen.

K6325
Birgit Lehmann, Heilpraktikerin
Baunatal-Altenbauna
vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Sa. 9.3. / 14:00 - 17:00
Anmeldeschluss 1.3.
19 €

Yoga für Kinder

Für Kinder im Alter von 8 - 10 Jahren

In spielerischer Form bietet Yoga Kindern die Möglichkeit, ihre natürlichen Bewegungen auszuleben und gleichzeitig in den einzelnen Übungen eine ruhige Achtsamkeit zu erfahren. Jede Körperhaltung (Asana) hat eine symbolische Bedeutung. Sie sind u. a. nach Tieren, Pflanzen, Bäumen oder geometrischen Formen benannt. Ziel ist, die Konzentrationsfähigkeit und Körperwahrnehmung zu fördern. Eine Fantasie-Entspannungsgeschichte rundet jede Stunde ab.
Eine kostenfreie Einführung zu Ablauf und Inhalten des Kurses findet in der „Kisio Praxis S. Stiens“ am 14.2.2013 von 16:30-17:30 Uhr für Eltern und Kinder statt. Interessierten Eltern wird die Teilnahme empfohlen.

K6328
Doris Pflüger
Kaufungen-Oberkaufungen
Praxis Kisio Susanne Stiens, Theodor-Heuss-Str. 11
Do. 21.2. / 16:30 - 17:30 / 10 Termine
52 €
+ € 15,00 für Raumnutzung an Kursleitung

Backen

Rund ums Backen

Backkurs für Kinder ab 10 Jahren

Tagesseminar

Vom Brot bis zum Feingebäck könnt ihr unterschiedliche Gebäck- und Teigarten kennen und zubereiten lernen. Denn selbst backen ist wieder „in“ !

K6330
Eva-Maria Rötzer
Espenau-Mönchehof
Grundschule, Goethestr. 9
Fr. 1.3. / 16:00 - 19:00
Anmeldeschluss 22.2.
12 €
+ Lebensmittelumlage

Sprachen

Englisch für Schüler/-innen der Klassen 2 bis 4

K6408
Vellmar
Ahnatalschule, Mittelring
Mi. 13.2. / 16:00 - 17:00 / 15 Termine
50 €

Englisch für Schüler/-innen der Klassen 5 bis 7

K6401
Emma Runkel
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 409
Do. 14.2. / 15:00 - 16:30 / 15 Termine
75 €

Englisch für Schüler/-innen der Klassen 5 bis 10

K6402
Emma Runkel
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.2. / 16:30 - 18:00 / 15 Termine
75 €

Singend leicht Sprachen lernen!

Französisch lernen, singend, mit Texte und Vokabeln! Wecken der Neugier auf die französische Sprache. Mitsingen und zuhören und dabei die ersten Wörter und Ausdrücke lernen. Themen sind u.a. Begrüßung, Hobbys, Farben, die ersten Zahlen, Kleidung, Wochentage, Tagesablauf.

K6403
Sylvie Liotard
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mo. 11.2. / 16:00 - 17:00 / 10 Termine
33,50 €

Mathematik, Physik und Chemie

Mathe für die Klasse 9 und 10

Vorzugsweise für Klasse 9 und 10. In der Lerngruppe können Wissenslücken mittels ausgewählter Aufgaben beseitigt werden. Alles wird durch Modelle, maßstäbliche Darstellungen, lebensnahe Bilder, Diagramme, Experimente u. a. veranschaulicht. Übliche Aufgaben in abstrakter Form werden verständlich und können weitgehend ohne Hilfe gelöst werden. Bloßes Zahlenrechnen vermeiden wir. Auch durch Testaufgaben vermittelt der Kurs mehr Sicherheit in Klassenarbeiten und in der Abschlussprüfung.
Für Schülerinnen und Schüler der Klasse 11 ist der Kurs K5010 Mathematik für die Oberstufe geeignet.

K6500
Rudolf Daum
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Mi. 13.2. / 16:00 - 17:30 / 15 Termine
75 €

K6501
Rudolf Daum
Baunatal-Großenritte
Erich-Kästner-Schule, Friedrich-Ebert-Allee 33
Mi. 13.2. / 13:30 - 15:00 / 15 Termine
75 €

Rechenschwäche - Was Eltern davon wissen sollten

Vortrag und Beantwortung von Fragen

Was ist eine Rechenschwäche? Warum fällt den Kindern das Rechnen so schwer? Wie funktioniert „Rechnen-lernen" ? Was können Eltern dazu beitragen?
Der Vortrag gibt Antworten.

Jutta Effert
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 25.2. / 18:00 - 19:30
5 €

Physik für die Oberstufe

Der Kurs eignet sich für Schülerinnen bzw. Schüler und Erwachsene, die Schwierigkeiten in Physik haben bzw. ihre verschütteten Kenntnisse wieder auffrischen wollen. Ein Taschenrechner ist mitzubringen.

K6502
Guido John
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Di. 12.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Chemie für die Mittelstufe

Der Kurs eignet sich für Schülerinnen bzw. Schüler und Erwachsene, die Schwierigkeiten in Chemie haben bzw. ihre verschütteten Kenntnisse wieder auffrischen wollen.

K6503
Guido John
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 013
Mi. 13.2. / 18:00 - 19:30 / 15 Termine
75 €

Tastschreiben

Computerschreiben - für Kinder ab 8 Jahren

Ferienkurs

Die Beherrschung des Zehn-Finger-Tastschreibens ist Voraussetzung für das effektive Arbeiten am PC - und kann schon früh erlernt werden.
Multisensorische Lernmethoden, die Bilder, Assoziationen, Musik und Entspannungstechniken in den Lernprozess einbeziehen, steigern die Merkfähigkeit enorm. In kurzer Zeit erlernt Ihr Kind das Tastenfeld blind zu bedienen und schreibt und gestaltet erste Texte mit Word. Entgelt inkl. Unterrichtsmaterial.

K6510
Angelika Wolnarek
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 5.3.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6511
Elfriede Schäth
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 8.7. - Do. 11.7. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 18.6.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6512
Margitta Ackerbauer
Hofgeismar
vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 5.3.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6513
Angelika Wolnarek
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 2.4. - Fr. 5.4. / 9:00 - 12:15 / 4 Termine
Anmeldeschluss 12.3.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6514
Angelika Wolnarek
Lohfelden-Vollmarshausen
vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 12.8. - Do. 15.8. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 3.7.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6515
Helmut Walkus
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Di. 2.4. - Fr. 5.4. / 9:00 - 12:15 / 4 Termine
Anmeldeschluss 5.3.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

K6516
Helmut Walkus
Wolfhagen
vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mo. 12.8. - Do. 15.8. / 9:00 - 12:15
Anmeldeschluss 18.6.
84 €
Inkl. Unterrichtsmaterial

Foto: aquarium-kosmos.de

Natur und Umwelt

Wasserfloh und Co.

Eine Reise in die Welt unserer Kleinlebewesen

Der Kurs richtet sich an alle Kinder und Jugendliche, die einmal etwas genauer hinschauen möchten. Was zappelt da in der Fischfuttertüte, was krabbelt da im Moos, wer knabbert da an meinen Pflanzen?
Alle diese Fragen werden beantwortet. Die „Tierchen" können dann selbst unter Lupe und Mikroskop beobachtet werden.
Teilnehmende Eltern sind gern gesehen. Wer über ein eigenes Mikroskop verfügt, kann dies mitbringen. Kursgeräte sind jedoch ausreichend vorhanden. Die maximale Platzzahl ist 12.

K6530
Wolfgang Grigoleit
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 404
Sa. 16.3. / 11:00 - 14:00
14 €

EDV

Windows Grundkurs für Kids

Für Kinder der Klassen 2 bis 5

Ferienkurs

Keine Vorkenntnisse erforderlich
Dieser Kurs ist ein Einstieg für Kinder in die Computerwelt.
Inhalt
- Windows-Benutzeroberfläche
- Maus und Tastatur bedienen
- Der Windows-Taschenrechner
- Malen mit Paint
- Schreiben mit WordPad
- Kopieren und verschieben von Texten und Bildern

K6641
Windows 7
Manfred Stein
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 9:00 - 12:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 9.3.
48 €

Windows Aufbaukurs für Kids

Für Kinder der Klassen 2 bis 5

Ferienkurs

Vorkenntnisse: Windows Grundkurs für Kids oder vergleichbare Kenntnisse
Dieser Kurs ist ein weiterführender Einstieg für Kinder in die Computerwelt.
Inhalt
- Texte gestalten und korrigieren
- Tabellen und Aufzählungen erstellen
- Sonderzeichen, Symbole, Bilder und ClipArts einfügen
- Eigenes Briefpapier erstellen
- Besonderheiten im Malprogramm Paint
- Texte und Zeichnungen unter Windows archivieren und wiederfinden

K6642
Windows 7
Andrea Dietrich
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Di. 2.4. - Fr. 5.4. / 9:00 - 12:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 16.3.
48 €

Xpert Basiszertifikat

Xpert -Europäischer ComputerPass mit Prüfungsvorbereitung und Prüfung

Für Kinder und Jugendliche der Klassen 5 bis 8

Ferienkurs

Vorkenntnisse: Windows Aufbaukurs für Kids oder vergleichbare Kenntnisse
Inhalt
- PC-Innenleben und Peripherie
- Programme und Anwendungen
- Dateien und Ordner im Griff
- Einstieg ins Internet
- Suchen und finden im Internet
- Texte gestalten
- Einstieg in die Präsentation

K6643
Word 2010, Powerpoint 2010 und Internet
Manfred Stein
Kassel
AQZ, Oberzwehrener Str. 103, Gebäude 5, Südeingang, Raum 5012
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 13:00 - 16:30 / 4 Termine
Die Prüfung dauert 90 Minuten und beginnt am 28. März um 16:45 Uhr.
Bitte teilen Sie bei der Anmeldung verbindlich mit, ob eine Prüfungsteilnahme erwünscht ist.
Anmeldeschluss 9.3.
76 €
Inkl. zwei Fachbücher + 35 € bei Prüfungsteilnahme

Robot in der Halle

Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 6

Ferienkurs

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows
Du hast bisher mit Computerprogrammen gearbeitet oder gespielt? Möchtest du auch wissen, wie ein Computer programmiert wird? „Robot in der Halle" ist eine kleine Modellwelt, mit der du leicht die Grundlagen des Programmierens erlernen kannst. In einer Excel-Tabelle wird ein virtueller „Roboter" bewegt, der auf wenige einfache Befehle hört. Diese kannst du dann zu mächtigeren Befehlen „zusammenbauen", mit denen komplizierte Aufgaben gelöst werden können. Dabei lernst du nebenbei auch noch einiges über VBA (Visual Basic für Anwendungsprogramme), die Programmierumgebung, die hinter allen Microsoft Office-Programmen steht. Am Ende des Kurses kannst du einfache Programme selbst erstellen.

K6644
Programmieren mit Excel 2010
Bernd Noé
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Di. 2.4. - Fr. 5.4. / 14:15 - 17:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 16.3.
48 €
+ Kopien 2,50 €

Lego Mindstorms NXT - Lego-Roboter konstruieren und programmieren

Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 5

Ferienkurs

Vorkenntnisse: Erfahrungen mit Windows
Lego-Roboter werden für bestimmte Aufgaben konstruiert und mit einer grafischen Software programmiert.
Inhalt
- Robotermodelle konstruieren und zusammenbauen
- Programmieren verschiedener Aufgaben
- Testen und Programmierfehler beheben

K6646
Bernd Noé
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 403
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 14:15 - 17:30 / 4 Termine
Anmeldeschluss 9.3.
48 €

Wir werden im Herbst/Winter 2013 wieder ein Lego Mindstorm NXT-Wochenendseminar für Erwachsene und Kinder anbieten.

3D-Computerspiele selbstgemacht

Für Kinder und Jugendliche ab Klasse 6

Ferienkurs

Fast jeder kennt sie, die Spiele auf dem PC, in denen sich die Spielfigur durch eine räumlich wirkende Umgebung bewegt. Hier lernt man, ein einfaches 3D-Spiel selbst zu erstellen. Und das geht vollkommen ohne Programmierkenntnisse.
Inhalt
- Erstellen von Spielfigur und Umgebung
- Spielegrafiken und Farben
- Animation und Interaktion im Spiel
- Physik und Kollisionen
- Hiscore und Punkte

Ausführliche Informationen zum Kurs findest du unter www.steam-train.de/vhs

K6647
Peter Hähnlein
Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus, Holländische Str. 74, Raum 127
Mo. 25.3. - Do. 28.3. / 9:00 - 13:15 / 4 Termine
Anmeldeschluss 9.3.
60 €

BILDUNGSURLAUB

Ansprechpartner Gerhard Klingelhöfer
Tel. 0561-1003 1670
gerhard-klingelhoefer@landkreiskassel.de
Die nachfolgend aufgeführten Veranstaltungen sind bereits als Bildungsurlaubsveranstaltung anerkannt bzw. im Anerkennungsverfahren.
Ausführliche Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden Sie in der betreffenden Kursbeschreibung unter der angegebenen Kursnummer in den Programmbereichen.

Englisch von Anfang an

Niveaustufe A1

K4014
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 1.4. - Fr. 5.4.
180 €

L4014
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 21.10. - Fr. 25.10.
180 €

Business English

Niveaustufe A2 - B1

K4019
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 8.4. - Fr. 12.4.
180 €

L4019
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 28.10. - Fr. 1.11.
180 €

Englisch Refresher

Niveaustufe A1

K4015
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4.
180 €

L4015
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 23.9. - Fr. 27.9.
180 €

English Refresher

Niveaustufe B1

K4020
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4.
180 €

L4020
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 7.10. - Fr. 11.10.
Anmeldeschluss 26.8.
180 €

Forgotten but not lost - revive your English

Refresher Niveaustufe A2

K4017
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 13.5. - Fr. 17.5.
180 €

L4017
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 7.10. - Fr. 11.10.
180 €

Englisch

Socializing, Small Talk and Customer Care
Niveaustufe B1 – B2

K4021
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 24.6. - Fr. 28.6.
180 €

Englisch "More than just words ..."

Niveaustufe B2

K4022
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 10.6. - Fr. 14.6.
180 €

L4022
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 18.11. - Fr. 22.11.
180 €

L4021
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 9.12. - Fr. 13.12.
180 €

Spanisch

Niveaustufe A1.1

K4032
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 22.4. - Fr. 26.4.
180 €

L4032
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 23.9. - Fr. 27.9.
180 €

Spanisch

Niveaustufe A1

K4036
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 3.6. - Fr. 7.6.
180 €

L4036
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 4.11. - Fr. 8.11.
180 €

Russisch

Niveaustufe A1.1

K4038
Kassel, Olof-Palme-Haus, Eugen-Richter-Str. 111
Mo. 8.7. - Fr. 12.7.
180 €

Effektiver lernen - effektiver arbeiten

K5047
Wolfhagen, vhs, Raiffeisenweg 2
Mo. 15.7. - Fr. 19.7.
180 €

L5048
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Mo. 11.11. - Fr. 15.11.
180 €

Microsoft Excel -

Intensivkurs Grundlagen, betriebswirtschaftliche Berechnungen und Auswertungen

K5387
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21
Mo. 10.6. - Fr. 14.6.
240 €

Visual Basic for Applications

Routineaufgaben in Office 2010 automatisieren

K5591
Kassel, AQZ, Oberzwehrener Str. 103
Mo. 17.6. - Fr. 21.6.
257 €
Inkl. Fachbuch

Leben nach der Berufszeit

L1152
Sylt, Jugendseeheim des Landkreises Kassel
So. 17.11. - So. 24.11.
ca. 460 €
inkl. Anreise ab Kassel mit der DB, Ü/DZ mit DU/WC, Verpflegung, + EZ-Zuschlag 50 €

LEBEN MIT BEHINDERUNGEN

Es ist unser Ziel die gemeinsame Teilhabe von Menschen mit und ohne Behinderung an Angeboten der öffentlichen Erwachsenbildung in der Region Kassel zu fördern. Ein Arbeitskreis aus Mitarbeiter/-innen der regionalen Behindertenhilfeeinrichtungen, Vertretern von Selbsthilfegruppen und vhs-Mitarbeiter/-innen reflektiert die inklusive Ausrichtung der Angebotsplanung und -durchführung.
Nachfolgende Angebote nehmen den Themenschwerpunkt „Leben mit Behinderungen" in besonderer Weise in den Blick.

Menschen mit einem Handicap können zuweilen an einem Kurs nur dann teilnehmen, wenn sie eine individuelle Hilfe bzw. Unterstützung erhalten. Deshalb haben wir das Anmeldeformular um eine Abfrage zur Unterstützungsanforderung erweitert. Ist dort ein Bedarf vermerkt, nehmen wir zeitnah Kontakt auf. Im Rahmen der Möglichkeiten organisieren wir die notwendige Unterstützung und werden dabei von den Einrichtungen unterstützt, die in der Arbeitsgruppe mitarbeiten. So erleichtern wir auch den Zugang zu nicht hier veröffentlichten Kursen der Volkshochschule Region Kassel.

Weitere Infos:

Elfriede Schäth
Tel. 05692-987-3193
elfriede-schaeth@landkreiskassel.de

Gerhard Klingelhöfer
Tel. 0561-1003-1670
gerhard-klingelhoefer@landkreiskassel.de

Pflanz Dir die Welt!

Bio-Gärtnern für Menschen mit und ohne Behinderung

Wochenendseminar
Gärtnern ist „Massage für die Seele", eine zutreffende Beschreibung eines Hobbygärtners, der den Garten und das Gärtnern für sich neu entdeckt. Und das ist es, worum es beim Gärtnern gehen soll. Damit der Garten nicht bereits im ersten Jahr Unkraut und Schädlingen zum Opfer fällt, sollen hier viele kleine Tipps und professionelle Tricks im Umgang mit dem eigenen Bio- Garten vermittelt werden. In Theorie aber auch vor allem im Praktischen wird gesät, pikiert, getopft, gepflanzt, gepflegt, gegossen und geerntet... und natürlich genossen. Außerdem kann ein kleiner Grundstock für den eigenen Garten mitgenommen werden.

K1715
Maike Stetzka
Kaufungen-Niederkaufungen
Tagungs-u. Begegnungshaus, Wilhelmsstr. 7
So. 21.4. / 10:00 - 17:00
So. 4.8. / 10:00 - 17:00
Vesper und Mittagessen auf Wunsch - vor Ort zu zahlen (12 Euro).
Erforderliche Unterstützung und spezielle Betreuung bitte vorab mit der Kursleiterin besprechen: 05605-8007 37
Anmeldeschluss 4.4.
54 €
Siehe auch Seite 27

Playback Theater

Jeder Moment des Lebens ist eine Geschichte wert.

Wochenendseminar

Playback Theater ist eine besondere Form des spontanen Theaters. Momente des Lebens und Geschichten aus dem Alltag sind unsere Spielinhalte, die zurückgespiegelt werden (play-back). Besondere Formen und Techniken bilden einen respektvollen Rahmen, in dem wir Szenen improvisieren. Dabei entdecken wir Vertrauen in unsere Fähigkeiten, Spielfreude und mobilisieren vorhandene Ressourcen. Es ist ein Einstieg, um diese spezielle Theater- und Kommunikationsform kennen zu lernen. Theater-/Vorerfahrung ist nicht erforderlich.

K2160
Markus Hühn, M.A., Schauspieler/Regisseur
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Fr. 15.3. / 18:15 - 21:15
Sa. 16.3. / 10:00 - 18:00
So. 17.3. / 10:00 - 14:00
3 Termine
Anmeldeschluss 1.3.
60 €
Siehe auch Seite 39

Blindenschrift für Sehende

Wochenendseminar

Jeder, der einen blinden Angehörigen hat, beruflich mit blinden Menschen arbeitet oder auf andere Art Kontakt mit Blinden hat, steht mehr oder weniger verwundert vor der Blindenschrift. Diese hat in gewisser Weise den Mythos einer Geheimschrift.
Sie lernen in wenigen Stunden, das international verwendete Blindenschriftsystem nach Louis Braille mit den Augen zu lesen und mit einer Blindenschrifttafel oder einer Bogenmaschine zu schreiben. Anhand eines Übersetzungsalphabets können Sie nach diesem Kurs schon einen Brief oder eine Notiz in Blindenvollschrift entziffern oder schreiben. Mit etwas Übung beherrschen Sie bald auch das Braillesystem auswendig. Überraschen Sie mit dieser Fähigkeit einen blinden Bekannten oder Angehörigen oder erweitern Sie einfach Ihren Horizont.

K4785
Birgit Riester
Kassel
vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 102
Sa. 13.4. / 10:00 - 13:00
So. 14.4. / 10:00 - 13:00
2 Termine
Anmeldeschluss 26.3.
28 €
Siehe auch Seite 138

Lesen und Schreiben lernen für Erwachsene mit Lernschwierigkeiten

K5808
Berit Knorr
Kassel
Bürgerhaus Waldau, Kasseler Str. 35
Di. 12.2. / 15:15 - 17:30 / 19 Termine
71,50 €
Siehe auch Seite 172

BÜRGERHÄUSER IN KASSEL

Bürgerhäuser sind Treffpunkte, die auf unterschiedlichste Art und Weise genutzt werden können. Sie verstehen sich als Häuser der offenen Tür und bieten Raum für alle, die sich von den Angeboten angesprochen fühlen oder eigene Aktivitäten entfalten möchten. Als Orte der Bildung, Kultur und Begegnung stehen sie Bürgern im Quartier und darüber hinaus unabhängig von Geschlecht, Alter, Nationalität oder Konfession zur Verfügung.

Sozialräumlich orientiert öffnen sich Bürgerhäuser in den Stadtteil, greifen Trends auf und entwickeln zeitgemäße, ansprechende und bedarfsgerechte Angebote. Sie arbeiten vernetzt und ressourcenorientiert und tragen damit gemeinsam mit anderen Akteuren der Bildungs- und Stadtteilarbeit zu einer vielfältigen kulturellen Infrastruktur bei. So entstehen durch Kooperationsprojekte z.B. Rockkonzerte im Olof-Palme-Haus oder Lesungen eines Stadtteilschreibers und das kostenlose Bandprojekt im Bürgerhaus Waldau.

Die umfangreiche Angebotspalette der Bürgerhäuser reicht von der Förderung und Unterstützung der Stadtteilkultur über die Vermietung von Räumlichkeiten für unterschiedliche Veranstaltungen bis zur Initiierung von wohnortnahen Bildungsangeboten in Kooperation mit der vhs Region Kassel. Neben den bewährten vhs-Kursen werden die Häuser für Sitzungen, Tagungen, Seminare und Schulungen von Vereinen, Verbänden und Institutionen genutzt. Philipp-Scheidemann-Haus und Olof-Palme-Haus bieten die räumlichen Möglichkeiten für Großveranstaltungen. In unseren Häusern finden Sie aber auch offene Angebote, wie den Stadtteiltreff und wohnortnahe Hilfen, wie die Erziehungsberatung und den ASD.

Über die aktuellen Kurs- und Vereinsangebote sowie Veranstaltungen informieren wir Sie gern. Wenden Sie sich dazu bitte an die jeweiligen Häuser oder sehen auf der Internetseite der Stadt Kassel unter Bürgerhäuser nach.

Als öffentliche Kultur- und Bildungseinrichtungen sind die Bürgerhäuser in Trägerschaft der Stadt Kassel als eigenständige Abteilung mit der Bezeichnung „Bürgerhäuser und Stadtteilkulturarbeit“ dem Kulturamt zugeordnet.

Abteilungsleitung:
Claudia Blos
Bürgerhaus Waldau
Kasseler Str. 35, 34123 Kassel
Tel. 0561-949 901 70
E-Mail: claudia.blos@stadt-kassel.de

Bürgerhaus Harleshausen
Rolf-Lucas-Str. 22a, 34128 Kassel
Hausleitung: Rüdiger Scheel,
Tel. 0561-787 4150
Hausmeister: Martin Geiger, Tel. 0561-65566
E-Mail: info-bhh@stadt-kassel.de

Bürgerhaus Jungfernkopf
Zum Feldlager 83,34128 Kassel
Hausleitung: Rüdiger Scheel,
Tel. 0561-787 4150
Hausmeister: Martin Geiger, Tel. 0561-655 66
E-Mail: info-bhh@stadt-kassel.de

Bürgerhaus Philippinenhof/Warteberg
Philippinenhöfer Weg 28,34127 Kassel
Hausleitung: Rüdiger Scheel,
Tel. 0561-787 4150
Hausmeister: Rainer Bringmann und
Uwe Reuter, Tel. 0561-787 4147
E-Mail: info-psh@stadt-kassel.de

Bürgerhaus Waldau
Kasseler Str. 35, 34123 Kassel
Hausleitung: Ulrike Mand,
Tel. 0561-949 901 69
Hausmeisterin: Heike Frey, Tel. 0561-536 46
E-Mail: info-bhw@stadt-kassel.de

Elisabeth-Selbert-Haus
Frankfurter Str. 298, 34134 Kassel
Hausleitung: Ulrike Mand, Tel. 0561-475 8084
Hausmeister: Ralf Hofmann, Tel. 0561-416 32
E-Mail: info-esh@stadt-kassel.de

Olof-Palme-Haus
Eugen-Richter-Str. 111, 34134 Kassel
Hausleitung: Dirk Lieschke, Tel. 0561-9402919
Hausmeister: Peter Funk und Hans-Joachim
Goldmann, Tel. 0561-406 575
E-Mail: info-oph@stadt-kassel.de

Philipp-Scheidemann-Haus
Holländische Str. 74, 34127 Kassel
Hausleitung: Rüdiger Scheel,
Tel. 0561-787 4150
Hausmeister: Rainer Bringmann und
Uwe Reuter, Tel. 0561-787 4147
E-Mail: info-psh@stadt-kassel.de

Januar

Ausstellung Legalisierter Raub - Eröffnung
Wolfhagen, Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Mi. 16.1. / 19:00 - 21:00, Eintritt frei

Die Stiftung "Zurückgeben" präsentiert: Ruth Olshans: Nicht ganz koscher
Ruth Olshan
Wolfhagen, Kath. Gemeindezentrum, Friedensstr. 13
Do. 24.1. / 19:00 - 21:00, Eintritt frei

Geboren im KZ. Sieben Mütter, sieben Kinder und das Wunder von Kaufering I
Bad Arolsen, International Tracing Service, Große Allee 5 - 9
So. 27.1. / 17:00 - 19:00, Eintritt frei

Elisabeth Schmitz - eine Frau der bekennenden Kirche und Kämpferin gegen den Antisemitismus
Gerhard Lüdecke
Zierenberg, Ev. Stadtkirche, Poststr. 17
So. 27.1. / 17:00 - 19:00, Eintritt frei

ABRAHAMS GOLD
Dr. Gunnar Richter
Wolfhagen, Cinema Kino, Schützebergstr. 37
Di. 29.1. / 18:30 - 21:00, 6 €

Kassel im Nationalsozialismus - eine Stadt entgleist
Veranstaltung zum Stadtjubiläum
Prof. Dr. Dietfrid Krause-Vilmar
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mi. 30.1. / 20:00 - 22:00, 5 €

Juden im Wolfhager Land - insbesondere Synagogengemeinde Naumburg
Dr. V. Knöppel
Naumburg-Elbenberg, Gemeinschaftshaus Flachsrose, Naumburger Str. 4
Do. 31.1. / 19:30 - 21:30, Eintritt frei

Februar

Aufgaben und Pflichten von Vereinsvorständen
Die rechtliche Verantwortung des ehrenamtlichen Vorstandes - eine Einführung
Ein Seminarbaustein zur Qualifizierung im Ehrenamt
In Kooperation mit dem Senioren-Service-Zentrum Baunatal (AWO)
Baunatal-Altenbauna, Senioren-Service-Zentrum (AWO), Rembrandtstr. 6
Fr. 22.2. / 17:00 - 21:00, 5 €

Kelten - Herrscher der Eisenzeit
Lesung mit Ralph Hauptmann
Ralph Hauptmann
Baunatal-Altenbauna, Buchhandlung Eulenspiegel
Fr. 1.2. / 18:30 - 20:15, 6 €

Blasmusik-Pop
Vea Kaiser
Schauenburg-Breitenbach, Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 2.2. / 19:00 - 21:15, 10 €

Informationsveranstaltung zum Nachholen des Abiturs
Thomas Ewald
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 302
Mo. 4.2. / 18:00 - 19:00, Eintritt frei

Ukraine I
Geschichte, Geschichtspolitik und Erinnerungskultur
Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.2. / 18:00 - 20:00, 5 €

Ausdrucksmalen - Was ist das?
Hannelore Knall
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 13.2. / 20:00 - 21:30, 5 €

Was geschah mit dem Eigentum der Juden im Wolfhager Land?
Ernst Klein
Wolfhagen, Altes Rathaus, Sitzungssaal, Kirchplatz 1
Do. 14.2. / 19:30 - 21:30, Eintritt frei

"Das Auge der Welt - Otto Dix und die neue Sachlichkeit"
Konrad Andreas Nachtwey
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.2. / 20:00 - 21:30, 5 €

Der Kontrabaß
Ein-Personen-Stück mit Franz Josef Strohmeier nach Patrick Suskinds Roman
Franz Josef Strohmeier
Zierenberg, Rathaus, Marktplatz
Sa. 16.2. / 19:30 - 21:45, 10 €

Alexander Borodin und die russische Schule des 19. Jahrhunderts „Wenn man an beiden Enden brennt..."
Jochem Wolff
Schauenburg-Breitenbach, Märchenwache, Lange Str. 2
So. 17.2. / 17:00 - 20:00, 12 €

Die Kraft der Stille
Regeneration und Ausgleich in Belastungssituationen
Doris Haas
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 19.2. / 10:00 - 11:30, 5 €

Wege zur Entspannung
Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung (PME)
Frank Hübenthal
Vellmar-Obervellmar, Grundschule, Heckershäuser Str. 54
Di. 19.2. / 19:30 - 21:00, 5 €

LANDGRAF FRIEDRICH I (1676-1751)- ein konstitutioneller Monarch auf Schwedens Thron"
Dr. Barbara Richarz-Riedl
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 19.2. / 20:00 - 22:00, 5 €

Wege zur Entspannung
Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung (PME)
Frank Hübenthal
Hofgeismar, vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Mi. 20.2. / 19:30 - 21:00, 5 €

Hauptwerke der Philosophie: Immanuel Kant: Kritik der praktischen Vernunft
Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 21.2. / 20:00 - 22:00, 5 €

Locke und die Zickengang
Uli Potofski liest
Wolfhagen, Wilhelm-Filchner-Schule, Kurfürstenstr. 20
Fr. 22.2. / 09:30 - 11:15, 4 €

„An allem sind die Juden schuld"
Kabarett
Renate und Roland Häusler
Wolfhagen, Kulturladen Stadt Wolfhagen, Triangelstr. 19
So. 24.2. / 19:00 - 21:00, Eintritt frei

Rechenschwäche - Was Eltern davon wissen sollten
Vortrag und Beantwortung von Fragen
Jutta Effert
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 25.2. / 18:00 - 19:30, 5 €

Rathausführungen mit Bürgermeister Jürgen Kaiser
Jürgen Kaiser, Rathaus Kassel
Di. 26.2. / 17:00 - 19:00, Eintritt frei

Zwischen König Lustik und Louis Spohr
Kasseler Musikgeschichte im frühen 19. Jahrhundert
Dr. Wolfram Boder
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 26.2. / 18:15 - 19:45, 5 €

Die Westküste der USA und Kanadas - Von Los Angeles bis Vancouver
Dia-Vortrag
Michael Stuka
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Di. 26.2. / 20:00 - 22:00, 6 €

Endlich Zeit haben!
Angela Osius
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mi. 27.2. / 20:00 - 21:30, 5 €

"Jordaens und die Antike" Sie möchten zur Ausstellung "Jordaens und die Antike"
Wir machen Sie fit, mit uns sehen Sie mehr und Ihr Genuss steigt.
Konrad Andreas Nachtwey
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 27.2. / 20:00 - 21:30, 5 €

KINDERBLOCK 66 - RETURN TO BUCHENWALD
Pavel Kohn
Bad Arolsen, International Tracing Service, Große Allee 5 - 9
Do. 28.2. / 18:00 - 20:00, Eintritt frei

Ernährung bei Diabetes
Rainer Brummelte
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 28.2. / 20:00 - 21:30, 5 €

März

Hansestädte an Nord- und Ostsee
Diavortrag
Günter Boller
Liebenau-Haueda, Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 4.3. / 20:00 - 22:15, 5 €

Kunst, Kultur und Geschichte am Freitagnachmittag

"Grabe wo Du stehst" - zur Erinnerungskultur vor Ort
Vortrag zum Auftakt der Exkursionsreihe zur NS-Gewaltherrschaft in Nordhessen
Prof. Dr. Arno Klönne
Warburg, Museum im "Stern", Beyer-Saal, Sternstr. 35
Di. 5.3. / 18:00 - 19:30, Eintritt frei

Die 32 Klaviersonaten Ludwig van Beethovens
Dr. Wolfram Boder
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 5.3. / 18:15 - 19:45, 5 €

Tiefenpsychologische Hypnosetherapie - was ist das und was kann sie?
Heidemarie Hofmann-Grünzig
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 5.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Leben mit Hochsensibilität
Warum manche mehr empfinden und was das für sie und andere bedeutet.
Matthias Gaenzer
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 6.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Moskau - Russlands Metropole
Vortrag in russischer Sprache mit deutschem Untertitel
Michael Troitski-Schäfer
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Do. 7.3. / 19:00 - 21:00, 5 €

Volksgemeinschaft als Selbstermächtigung - Das Beispiel Wolfhagen
Prof. Dr. Michael Wildt
Wolfhagen, Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Do. 7.3. / 19:30 - 21:30, 4 €

Schüssler-Salze für Hund und Katze
Marianne Birkholz
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 7.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Das Kasseler Gleisdreieck
Zur Entwicklung der Eisenbahnlandschaft zwischen Wilhelmshöhe und dem Jungfernkopf.
Dr. Lutz Münzer
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Fr. 8.3. / 19:00 - 21:15, 6 €

Mut zum Ich-Sein
Angela Osius
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 11.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Ukraine II Sprache, Kultur, Religion und nationale Identität
Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.3. / 18:00 - 20:00, 5 €

SAFE® - Sichere Ausbildung für Eltern
Vera Mennemeier, Heike Haberland
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 12.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Mineralstoffe nach Dr. Schüssler I
Gundolf Wehr
Baunatal-Altenbauna, vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mi. 13.3. / 19:30 - 21:00, 5 €

Vortrag zum Thema: Kunst nach 1945
Dr. Ellen Markgraf
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 13.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Meine Rechte als Mieter/-in
Dr. Michael Müller-Göbel
Baunatal-Altenbauna, Senioren-Service-Zentrum (AWO), Rembrandtstr. 6
Do. 14.3. / 17:00 - 19:15, Eintritt frei

Vortrag: Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co - Soziale Netzwerke sicher nutzen
Peter Brockmann
Hofgeismar, vhs, Kasinoweg 22, Raum 114
Do. 14.3. / 18:00 - 19:30, 5 €

Wie Tomatenanbau gelingt
Erfahrungen und Rezepte
Karl Heinz Pilhofer
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Do. 14.3. / 18:00 - 20:00, 5 €

Die Geschichte des Antisemitismus bis auf den heutigen Tag
Heinz Daume
Wolfhagen, Ev. Gemeindezentrum, Hans-Staden-Str. 24
Do. 14.3. / 19:30 - 21:30, Eintritt frei

Hauptwerke der Philosophie: Immanuel Kant: Grundlegung zur Metaphysik der Sitten
Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 14.3. / 20:00 - 22:00, 5 €

Freude und Entspannung mit Lachyoga
Christoph Heisig
Söhrewald-Wellerode, Dorfgemeinschaftshaus, Zum Bahnhof 1
Do. 14.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Die Sonne schickt keine Rechnung!
Dr. Franz Alt
Lohfelden, Bürgerhaus, Lange Str. 21
Fr. 15.3. / 17:00 - 18:30, Eintritt frei

Abgetaucht. Als U-Boot im Widerstand
Eugen Herman-Fiede
Hofgeismar, Museum, Petriplatz 2
Fr. 15.3. / 19:00 - 20:30, Eintritt frei

Vortrag: Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co. - Soziale Netzwerke sicher nutzen
Heiko Michel Imhof
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mo. 18.3. / 19:00 - 20:30, 5 €

5000 Kilometer per Fahrrad von Vancouver nach Alaska -

digitale Film- und Diashow mit Reinhard Pantke

Reinhard Pantke
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 18.3. / 19:30 - 21:30, 6 €

Waldviertel und Südböhmen

Dia-Vortrag

Richter
Liebenau-Haueda, Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 18.3. / 20:00 - 22:15, 5 €

Internet nutzen

Elfriede Schäth
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 19.3. / 10:00 - 11:30, 5 €

Die 32 Klaviersonaten Ludwig van Beethovens

Dr. Wolfram Boder
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 19.3. / 18:15 - 19:45, 5 €

Positive Lebensführung

Vera Mennemeier, Stefan Mennemaier
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 19.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

Film: EMIL UND DIE DETEKTIVE, D 1931, R.: Gerhard Lamprecht, Buch: Billy Wilder und Gerhard Lamprecht

Wolfhagen, Cinema Kino, Schützebergstr. 37
Mi. 20.3. / 16:00 - 18:30, 3 €

Die große Wirtschafts- und Finanzkrise 1929-1933

Prof. Dr. Lothar Döhn
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 20.3. / 20:00 - 22:00, 5 €

Fit in den Frühling mit Wildkräutern

Löwenzahn, Bärlauch, Brennnessel und Co.
Maria Droste-Pilhofer
Hofgeismar, vhs, Kasinoweg 22, Raum 014
Do. 21.3. / 18:00 - 20:15, 5 €

Momo

Figurentheater "Theater der Nacht", Northeim
Heiko Brockhausen
Northeim, Theater der Nacht, Obere Str. 1
Do. 21.3. / 18:00 - 22:30, 43 €

Heinrich Mann, Der Untertan

Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 21.3. / 20:00 - 21:30, 5 €

April

Kunst und Menschenrechte in China

Vortrag und Diskussion

Dr. Friedhelm Scharf
Kassel, Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 5.4. / 19:30 - 21:00, 5 €

Was ich noch sagen wollte

Ein Gespräch zwischen den Veranstaltern und den Besuchern der Ausstellung "Legalisierter Raub".

Wolfhagen, Cinema Kino, Schützebergstr. 37
So. 7.4. / 16:00 - 18:30, Eintritt frei

Vortrag: Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co. - Soziale Netzwerke sicher nutzen

Peter Brockmann
Wolfhagen, vhs, Raiffeisenweg 2, EDV-Raum 205
Mo. 8.4. / 18:00 - 19:30, 5 €

Robert Schumann und Louis Schuncke - ein Zwickauer und ein Kasseler Klavierkomponist

Dr. Wolfram Boder
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 9.4. / 18:15 - 19:45, 5 €

Erziehung nach Auschwitz - Bildung nach Ravensbrück: Wie erinnern wir in Zukunft?

Dr. Matthias Heyl
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 11.4. / 19:00 - 21:00, 4 €

Geschichte und Zukunft der Genossenschaftsbewegung

Lohfelden, Gemeinde- und Schulbücherei
11.04.2013. 20.11. / 19:30 - 21:15, 4 €

Der richtige Weg zur Haussanierung- teure Fehler vermeiden

Vortrag und Beantwortung von Fragen

Volkhard Bouchon
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Fr. 12.4. / 18:00 - 21:00, 5 €

Robert Löhr liest: Das Erlkönig-Manöver

Zierenberg, Rathaus, Marktplatz
So. 14.4. / 17:00 - 19:15, 10 €

Norwegen erleben: Mit dem Motorrad zu den Lofoten

Friedrich Küthe
Liebenau-Haueda, Dorfgemeinschaftshaus, Alte Lange Str.
Mo. 15.4. / 20:00 - 22:15, 5 €

Fit mit Wildkräutern in den Frühling

Karin Detloff
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 16.4. / 10:00 - 12:00, 5 €

Ukraine III

Politik

Prof. Dr. Roland Höhne
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 16.4. / 18:00 - 20:00, 5 €

Gesundheit im Gespräch - Frühjahrsmüdigkeit, Schnarchen, Schlafapnoe und andere Schlaferkrankungen

Kassel, Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 16.4. / 18:30 - 20:00, Eintritt frei

Mineralstoffe nach Dr. Schüssler II - Vortrag zur Vertiefung

Gundolf Wehr
Baunatal-Altenbauna, vhs-Haus, Am Erlenbach 5
Mi. 17.4. / 19:30 - 21:00, 5 €

Kann denn Liebe Sünde sein?

Ein herrlicher, liebevoller Reigen in allen Facetten und durch die Epochen der Kunstgeschichte
Konrad Andreas Nachtwey
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 17.4. / 20:00 - 21:30, 5 €

Von der Erinnerung zum Geschichtsbewusstsein - Über Gedenkstättenarbeit in Zukunft

Volkhard Knigge
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 18.4. / 19:00 - 21:00, 4 €

NSU

Der nationalsozialistische Untergrund NSU - zur Ideengeschichte, Aktualität und den Offenbarungen staatlichen Handelns

Fabian Virchow
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Fr. 19.4. / 19:00 - 21:30, 5 €

Karikatur des Scheins - Die Operette "Im weißen Rössl"

Dr. Wolfram Boder
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Di. 23.4. / 18:15 - 19:45, 5 €

"Ich denke, also bin ich"

Welche Rolle spielen Gefühle in Bezug auf unser körperliches und seelisches Wohlbefinden?

Heidemarie Hofmann-Grünzig
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Di. 23.4. / 20:00 - 21:30, 5 €

Veranstaltungen/Vorträge

Die Kulturpolitik der Nazis
Bildende Kunst im Deutschen Faschismus: Neue Epoche?

Konrad Nachtwey
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mi. 24.4. / 17:00 - 18:30, 5 €

Auschwitz denken: George Tabori
Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 25.4. / 20:00 - 22:00, 5 €

Erinnern für die Zukunft
Hazel Rosenstrauch
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Mo. 29.4. / 19:00 - 22:00, 4 €

Mai

Hessen-Kassel unter Landgraf Karl (1677 – 1730)
Karl-Hermann Wegner
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 2.5. / 19:30 - 21:30, 5 €

Das Missverständnis
Am Montag, 6. Mai um 18.30 Uhr, lesen die Kasseler Autoren Christian Baumgarten und Volker Borbein in der vhs Kassel aus ihrer neuen Geschichte „Das Missverständnis". Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Kleiner Saal
Mo. 6.5. / 18:30 - 20:00, Eintritt frei

Das Hildebrandslied und seine Verwendung in der Musik
Dr. Wolfram Boder, Regine Brunke, Musikerin
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 6.5. / 19:00 - 20:30, 5 €

Die Kunst der Freiheit in der arabischen Welt
Vortrag und Diskussion

Dr. Friedhelm Scharf
Kassel, Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 10.5. / 19:30 - 21:00, 5 €

Roger Willemsen: Momentum
Im Zelt - open air

Roger Willemsen
Schauenburg-Breitenbach, Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 11.5. / 18:00 - 20:15, 14 €

Flößerei nach 1964: " Mit den Flößen bergauf oder reine Nostalgie?"
Eckhard Meyer
Reinhardshagen-Veckerhagen, Hotel Peter, Untere Weserstr. 2, Saal
So. 12.5. / 17:00 - 19:15, Eintritt frei

Männer brauchen Grenzen
Tina Teubner mit Kabarett und Musik, begleitet von Ben Süverkrüp

Schauenburg-Breitenbach, Märchenwache, Lange Str. 2
So. 12.5. / 19:00 - 21:15, 14 €

Gesundheit im Gespräch
Diabetes - Prävention „Fit und gesund älter werden"

Kassel, Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 14.5. / 18:30 - 20:00, Eintritt frei

Kinder in der bildenden Kunst
Konrad Andreas
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
15.05.2013. 20.11. / 21:30 - Kassel, 5 €

Die Aufnahme der Hugenotten und ihre Bedeutung für die Landeskultur
Karl-Hermann Wegner
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Saal
Do. 16.5. / 19:30 - 21:30, 5 €

Entspannung mit Handmassage und Akupressur
Désirée Schulte
Lohfelden-Vollmarshausen, vhs-Geschäftsstelle, Brunnenstr. 9
Di. 21.5. / 10:00 - 11:30, 5 €

Farb- und Stilberatung
Monika Wendrich
Söhrewald-Wellerode, Gemeindehaus, An der Kirche 2
Do. 23.5. / 10:00 - 11:30, 5 €

Juni

Reizdarm, Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn
Begleitende Behandlung durch die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Dr. med. Karla Bentler, Dörte Petersen, Ernährungsberaterin
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Mo. 3.6. / 20:00 - 21:30, 5 €

Künstler üben den Aufstand: Vojna und andere Provokateure und Bürgerrechtler
Dr. Friedhelm Scharf
Kassel, Atelier in der Korkfabrik, Elfbuchenstr. 24 (Hinterhof)
Fr. 7.6. / 19:30 - 21:00, 5

Wie ein Schatten sind unsere Tage
Inge Geiler liest

Schauenburg-Breitenbach, Märchenwache, Lange Str. 2
Sa. 8.6. / 19:00 - 21:15, 8 €

Gesundheit im Gespräch
Die Beine kribbeln oder sind taub? Das Krankheitsbild der Polyneuropathie
Kassel, Hermann-Schafft-Haus, Wilhelmshöher Allee 19, Saal
Di. 11.6. / 18:30 - 20:00, Eintritt frei

Schwein gehabt!
Lesung und Spaß - mit musikalischer Begleitung

Andrea Appel
Trendelburg-Wülmersen, LandMuseum Wülmersen
So. 16.6. / 15:00 - 16:30, 5 €

Franz Kafka, Der Proceß
Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 20.6. / 20:00 - 21:30, 5 €

Juli

Hermann Hesse, Der Steppenwolf
Vortrag und Diskussion

Axel Schmitt
Kassel, vhs, Wilhelmshöher Allee 19 - 21, Raum 304
Do. 4.7. / 20:00 - 21:30, 5 €

JUGENDBILDUNGSWERK jbw

Programm

1. Halbjahr 2013

Die Mitarbeiterinnen/Mitarbeiter des Jbw's (mit ihrer Telefonnummer 0561/1003-) sind:

Peter Soltau, Fachdienstleiter
Tel. –1554
peter-soltau@landkreiskassel.de

Sigrid Dörfler, Verwaltung Jugendförderung Tel. –1302
sigrid-doerfler@landkreiskassel.de

Bijan Otmischi, Jugendbildungsreferent
Tel. –1553
bijan-otmischi@landkreiskassel.de

Jutta Hambrock, Jugendbildungsreferentin
Tel. –1572
jutta-hambrock@landkreiskassel.de

Dagmar Rüppel, Jugendbildungsreferentin
Tel. –1557
dagmar-rueppel@landkreiskassel.de

Tanja Gnamm, Verwaltung Jugendbildungswerk
Tel. –1303
tanja-gnamm@landkreiskassel.de

Fax –1550

1. Rhetorik *

Richtig sprechen lernen vor Gruppen.

Nieste / Jugendburg Sensenstein
Fr., 25.1. (17.00 Uhr) – So., 27.1.2013 (13.00 Uhr), ab 14 Jahren
20 Euro / 3 Tage

2. Wir bestimmen mit

Mitwirken in der Schule - aber richtig.

Nieste / Jugendburg Sensenstein
Fr., 22.3. (17.00 Uhr) -So., 24.3.2013 (13:00 Uhr)
20 Euro / 3 Tage

Kontakt / Infos / Anmeldungen:

Jugendförderung und Jugendbildungswerk des Landkreises Kassel

Standort: KulturBahnhof - Südflügel
Dienstadresse: Wilhelmshöher Allee 19-21
34117 Kassel
Tel.: 0561-1003-1302 (Freizeiten),
0561-1003-1303 (Seminare)
www.landkreiskassel.de

3. Schüler-Streit-Schlichtung

Konstruktive Konfliktregelung in der Schule für Menschen mit und ohne Behinderung.

Nieste / Jugendburg Sensenstein
Fr., 22.2. (17 Uhr) - So., 24.2.2013 (13 Uhr)
20 Euro / 3 Tage

4. Erst die Schule und dann...?

Seminar zur Berufsorientierung und Lebensplanung.

Nieste / Jugendburg Sensenstein
Fr., 15.3. (17 Uhr) – So., 17.3.2013 (13 Uhr),
Altersgruppe: 13-16 Jahre
20 Euro/ 3 Tage

5. Boys`Day - Jungenzukunftstag

Jungen lernen für sie ungewöhnliche Berufsbilder kennen.

Kassel / Kreishaus, Wilhelmshöher Allee 19-21
Do., 25.4.2013 (9 bis 15 Uhr)
Teilnahme kostenfrei

6. Exkursion in das Klimahaus Bremerhaven

Wir lernen eine spannende Wissens- und Erlebniswelt kennen.

Bremerhaven
Fr., 05.04., (8 Uhr) - Sa., 06.04.2013 (20 Uhr),
Altersgruppe: 12-16 Jahre
25 Euro / 2 Tage

7. Mountainbiken mit Gruppen in der Jugendarbeit

Sportliche Bewegung im Gelände anleiten können.

Oberzwehren / Dörnberg
Fr., 24.05. (9 Uhr) – Sa., 25.05.2013 (15 Uhr)
25 Euro / 2 Tage

Fortbildungen:

8. Ein Recht (Zeit) auf Spiel:

*Exkursion zum Spiel-Fachtag in der Akademie Remscheid (für haupt- u. ehrenamtliche Mitarbeiter in der Kinder-und Jugendarbeit) **

Remscheid / Akademiegelände + JH Burg Solingen
Do., 14.2. (8 Uhr) - Fr., 15.2.2013 (21 Uhr)
15 Euro / 2 Tage

9. JuleiCa First – Ausbildung für 12-15 Jährige

Ein Einstieg in die Jugendleiterausbildung.

Rotenburg a. d. Fulda / Kreisjugendhof
Di., 2.4. – Fr., 5.4.2013
45 Euro / 4 Tage

10. Geocaching in der Jugendarbeit vor Ort

Eine Einführung in die Schatzsuche mit GPS-Geräten als Trend und Methode.

Dörnberg
Sa., 6.7.2013 (10 bis 17 Uhr)
10 Euro / 1 Tag

* Als JuleiCa-Auffrischungskurs geeignet

Vorankündigung:

1100 Kinder- und Jugendliche auf den „Kassel-Steig"

Eine geplante Großaktion des Jugendbildungswerks auf dem neuen Panoramawanderweg rund um Kassel. Interessenten können sich schon melden.

Information zum Datenschutz: Wir geben Ihnen zur Kenntnis, dass durch das Jugendamt des Kreisausschusses des Landkreises Kassel in 34117 Kassel, Wilhelmshöher Allee 19-21, Tel.: 0561/1003-0, von Ihnen Sozialdaten erhoben werden.
Die Daten dienen der Hilfeerbringung/Leistungsgewährung durch das Jugendamt des Landkreises Kassel sowie der Auswertung zu Statistik- und Jugendhilfeplanungszwecken.
(Gesetzliche Grundlage: §§ 80, 98 ff SGB 8).

KREISJUGENDFÖRDERUNG

Burg Sensenstein bei Nieste in Kinderhand

Unsere Einsteiger-Freizeit für die Jüngsten.

Altersgruppe 7-9 Jahre
Mo., 8.7. – Mi., 17.7.2013
212 Euro / 10 Tage (Eigene Anreise!)

Zeltfreizeit am Tierpark Sababurg

Ein naturnahes Angebot für Tierfreunde.

Forsthaus Bensdorf / Zeltplatz /
Altersgruppe 9 - 12 Jahre
Sa., 3.8. – Sa., 10.8.2013
165 Euro / 8 Tage / + 50 Euro Verpflegung

Sonnenbaden auf Fehmarn

Badefreuden am Südstrand.

Fehmarn / festes Gebäude / Altersgruppe 11-15 Jahre
Sa., 6.7. – Fr., 19.7.2013
351 Euro / 14 Tage

Sylt – Nordseewellen und Sandstrand

Urlaub in Dünen und Baden im Meer.

Sylt / Zeltlager / Altersgruppe 10 – 14 Jahre
So., 21.7. – Sa., 3.8.2013
333 Euro/ 14 Tage

„St. Bauzille"/Südfrankreich

Leben am Badefluss in einem idyllischen Haus.

Südfrankreich / Altersgruppe ab 14 Jahre
Do., 18.7.- Di., 30.7.2013
445 Euro* / 15 Tage / + 80 Euro Verpflegung

Sonne tanken am Fluss bei „Tarassac"/ Südfrankreich

Urlaub auf einem mediterranen Jugendzeltplatz.

Südfrankreich / Altersgruppe ab 14 Jahre
Di., 30.7. – So., 11.8.2013
410 Euro* / 15 Tage / + 80 Euro Verpflegung

Schweden intensiv im Grenzgebiet zu Norwegen

Wasser soweit das Auge reicht, Kanutouren und Städtebesuche.

Altersgruppe ab 14 Jahre
Schweden 1: Mo., 8.7.- Mo., 22.7.2013
Schweden 2: Sa., 20.7. - Sa., 3.8.2013
350 Euro* / 15 Tage / + 80 Euro Verpflegung

*vorbehaltlich Busausschreibungsergebnis

Integrative Freizeit für behinderte und nichtbehinderte Jugendliche

Auf Sylt am Meer in den Herbstferien.

Altersgruppe 12-15 Jahre
So., 20.10.- So., 27.10.2013 (festes Haus)
199 Euro + 50 Euro Ausflugsgeld

Fax: 0561/1003 1550

Landkreises Kassel –
Kreisjugendförderung/Jugendbildungswerk
Wilhelmshöher Allee 19-21, 34117 Kassel

Anmeldung zur Freizeit

Titel

vom - bis

Anmeldung zum/r Seminar/Freizeit

Ich melde hiermit mich (nur über 18 Jahre) / meine(n) Tochter/Sohn zur o.g. Freizeit (zum Seminar an. Ich erkenne die Teilnahmebedingungen an und bestätige die Richtigkeit der Angaben.

Datum / Unterschrift (Bei Jugendlichen unter 18 J. Unterschrift des Personensorgeberechtigten)

Teilnehmer/in:

Name / Vorname

Straße

PLZ / Ort

geb. am e-mail

Tel privat mobil

Absender eines Personensorgeberechtigten:

Name / Vorname

Straße

PLZ / Ort

geb. am e-mail

Tel privat dienstlich

Juleica-Fortbildungen

für Inhaber der Jugendleitercard oder Hauptamtliche:

1. Praxis der Freizeitenbetreuung für Neueinsteiger auf Sylt

Ort: Jugendseeheim auf Sylt
So., 21.7. – Sa., 3.8.2013
Kosten : 170 Euro

2. Schweden: Ausbildung zum Betreuer in Auslandsfreizeiten

Ort: Großraum Arvika / Westschweden
Mo., 8.7. – Mo., 22.7.2013
Alter: Ab 16 Jahre.
Kosten: 175 Euro (bezuschusst) / +80 Euro Verpflegung

3. Recht in der Jugendarbeit inkl. Kinderschutzgesetz

Eine praxisorientierte Fortbildung für haupt- und nebenamtliche Betreuer von Kinder- und Jugendgruppen in zwei Teilen.
Teil 1: Einführung in die rechtlichen Grundlagen (Sa., 9.3.2013, 10-17 Uhr)
Teil 2: Rechtliche Fragestellungen aus der (eigenen) Praxis der Jugendarbeit (Sa., 16.3.2013, 10 - 17 Uhr)
Ort: KuBa (Hauptbahnhof Kassel) Südflügel
Kosten: 20 Euro (für Teilnehmer aus dem Landkreis Kassel kostenfrei)

4. Fortbildung zum Kanubegleiter

Sa., 31.8. – So., 1.9.2013 und Sa., 14.9. – So., 15.9.2013
Ort: An/auf der Fulda bei Kassel
Kosten: 120 Euro (für Juleica-Absolventen aus dem Landkreis Kassel 60 Euro)

Alle Angebote sind als Juleica-Auffrischungskurse (Verlängerung) anerkannt.

115 - Eine für Alles!

Das Servicecenter der Stadt Kassel ist Kooperationspartner der vhs Region Kassel und erster Ansprechpartner für Fragen zu Leistungen der Verwaltung. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen Ihnen weiter – egal, ob für Ihr Anliegen die Stadtverwaltung Kassel, eine andere Kommune, eine Landesbehörde oder gar ein Bundesministerium zuständig ist.

Sie erreichen uns
montags bis freitags von 7 bis 18 Uhr und samstags von 9 bis 13 Uhr:
bei Fragen zu Behördenleistungen oder zum Hessentag 2013 in Kassel wählen Sie aus ganz Hessen einfach **115**

vhs Kurse buchen Sie telefonisch unter 0561 1003 1681

Mehr Informationen zum Servicecenter und zur 115 finden Sie unter
www.serviceportal-kassel.de
und unter **www.115.de**

vhs in der Region

Ahnatal
Irmgard Thiel
Tel. 05609-9495

Bad Karlshafen
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Baunatal
Sabine und Jörg Stange
Tel. 05665-969096

Breuna
Irene Dippel
Tel. 05693-7632

Calden
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Espenau
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Fuldabrück
vhs-Haus Alte Kleiderfabrik
Tel. 05692-987 3191

Fuldatal
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Grebenstein
Heidi Nebenführ
Tel. 05674-1287

Helsa
Gisela Hohmann
Tel. 05605-5538

Hofgeismar
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-80012222

Immenhausen
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Kassel
Philipp-Scheidemann-Haus
Tel. 0561-989 2123

Kaufungen
Loni Salzmann
Tel. 05605-6739

Liebenau-Haueda
Günter Lambrecht
Tel. 05676-8246

Liebenau
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Lohfelden
vhs-Haus Brunnenstraße 9
Marie-José Kuhn
Tel. 05608-959 650 oder
Tel. 0561-516 931

Naumburg
Gertraude Frost
Tel. 05625-1073

Nieste
vhs-Haus Alte Kleiderfabrik
Tel. 05692-987 3191

Niestetal
Gerhard Becker
Tel. 0561-522 269

Oberweser
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671/8001 2222

Schauenburg
Sabine und Jörg Stange
Tel. 05665-969 096

Söhrewald
vhs-Haus Alte Kleiderfabrik
Tel. 05692-987 3191

Trendelburg
vhs-Haus Hofgeismar
Tel. 05671-8001 2222

Vellmar-Niedervellmar und Vellmar-West
Elke und Ekkehard Bippig
Tel. 0561-822 850

Vellmar-Obervellmar
Marga und Werner Hüner
Tel. 0561-824 454

Wolfhagen
vhs-Haus Alte Kleiderfabrik
Tel. 05692-987 3191

Zierenberg
Sonja Rieß und Ali Moshiri
Tel. 05606-2297

Ahnatal

Ägyptisch-Arabisch 132
Englisch 117, 121
Französisch 123f
Ganzkörpertraining 97
Hatha-Yoga 89
Ich beweg' mich! 98
Italienisch 126
Nähen 71
Pilates 102
Rückenfitness 100
Spanisch 128
Yoga 90

Bad Karlshafen

Fitness-Mix 103
Töpferwochenende 67

Baunatal

Aquarell- und Acrylmalerei 59
Ayurvedische Kochkunst 110
Beckenbodengymnastik 101
Bogenbau für Erwachsene 68
Computerschreiben 155
Deutsch als Fremdsprache 139f, 144
Ehrenamt und Vereinsleben 22f
Englisch 118, 121
Farb- und Stilberatung für Frauen 72
Feierabend? Kenne ich nicht 76
Filzen 69f
Französisch 123f
Fußreflexzonenmassage für Kinder 177
Heilhypnose 79
Hoop-Dance 106
Inline-Skating 109
Inline-Skating für Kinder 177
Italienisch 125f
Kochen 110ff
Lesung 32
Malen und Zeichnen 57
Mathe 178
Meine Rechte als Mieter/-in 22
Mineralstoffe nach Dr. Schüssler 74
Nordic Walking 108
Orientalischer Tanz 47
Partnermassage 86
Rückengymnastik 98
Russisch 137
Selbstverteidigung 94
Spanisch 129f
Standard- und Lateintänze 50
Stressausgleich im Alltag 82
Taijiquan 93
Yoga 88

Breuna

Aktiv- und Wellnesstag 83
Aqua-Fitness 107f
Rückengymnastik 98

Calden

Die Kraft der Imagination 77
Englisch 117ff
Entspannung 83
Metallskulpturen 66
Nanas + Skinnies 66
Rücken- und Ausgleichsgymnastik 99
Rückengymnastik 98
Yoga 87

Espenau

Backen 177
Drums-Alive 105
Lesen bereichert das Leben 33
Spinning 109
Zumba® 104

Fuldabrück

Englisch 121
Rückengymnastik 99

Fuldatal

Acryl- oder Ölmalerei 59
Action Painting 62
Comicfiguren zeichnen 56
Französisch 124
Frühlingsschmuck 69
Kräuterwanderung 80
Ölmalerei 59
Orientalischer Tanz 47
Zeichnen 56

Grebenstein

Ausgleichsgymnastik 96
Englisch 119
Fit in Form 103
Französisch 124
Kräuterwerkstatt 28
Nähen 71
Rückenfitness 100
Tonwerkstatt für Kinder 175

Habichtswald

Die Wollwerkstatt 69
Eltern-Kindturnen 176
Rücken- und Ausgleichsgymnastik 99
Sport und Spiel für Kids 176
Yoga 83, 87, 90

Helsa

Frauenwanderung 18
Rückenfit mit Herz-Kreislauftraining 100
Tanzkreis 50

Hofgeismar

Apple iCloud 169
Aqua-Fitness 108
Aquarellmalerei 58f
Ausgleichsgymnastik 96
Autogenes Training 84
Bach-Blüten 80
Ballett 174
Bauch, Beine, Po & mehr 103
Buchführung 147
Chemie 178
Computerschreiben 155
Computerschreiben für Kinder 178
Deutsch als Fremdsprache 139f
Digitale Bildbearbeitung 162ff
Digitale Fotografie 23, 63, 162
Effektiver lernen - effektiver arbeiten 150
Ehrenamt und Vereinsleben 23
Englisch 116f, 121
Entspannung 74, 85
Excel 158
Facebook, XING, YouTube, Twitter & Co. 169
Filzen 70
Französisch 123f
Französisch für Kinder 177
Gitarre 43f
Hardanger Stickerei 71
Holzbildhauerei 66
Ich beweg' mich! 98
Keyboard und Klavier 45
Kochen 110f
Kommunikation 150
Lesen und Schreiben für Erwachsene 172
Lesung 17
Malen und Zeichnen 60
Mal-Wochenende für Kinder 174
Microsoft Office 155
Nähen 71
Outlook 150, 161
Physik 178
Pilates 101f
Powerpoint 160
Rückengymnastik 99
Schallplatten und Audiokassetten digitalisieren 167
Schreibwerkstatt 36
Schwimmen 107f
Schwimmen für Kinder 175f
Senioren gehen online 169
Seniorentanz 50
Spanisch 128
Standard- und Lateintänze 50
Taijiquan 93
Wildkräuter 28
Windows 153
Yoga 89f
Zumba® 104

Immenhausen

Ausgleichsgymnastik 97
Autogenes Training 83
Baby- und Kleinkinderschwimmen 175
Englisch 118
Hatha-Yoga 89
Osteoporosegymnastik u. Rückenschule 101
Rückengymnastik 99
Rückentraining und Energy Dance® 100

Kaufungen

Deutsch als Fremdsprache 144
Englisch 118
Filzen 70
Französisch 125
Gartenbau 27
Herzkreis 82
Italienisch 126
Klöppeln 71
Konditions- und Fitnessgymnastik 103
Kräuterwerkstatt 28
Lokführer-Kurs 19
Orientalischer Tanz 46
Patchwork 70
Progressive Muskelentspannung 84
Qigong 92
Rückengymnastik 99
Schreibwerkstatt für Frauen 36

ORTSREGISTER IM LANDKREIS

Solidarische Landwirtschaft 27
Spanisch 130
Tagebuch Schreibwerkstatt 36
Taijiquan 93
Texten fürs Web 23
Yoga 88
Yoga für Kinder 177

Liebenau

Reiseberichte 30

Lohfelden

Apple iCloud 169
Apple iPad 167
Autogenes Training 83
Badminton 109
Business Knigge 147
Computerschreiben 155
Computerschreiben für Kinder 178
Deutsch als Fremdsprache 140f, 144
Digitale Bildbearbeitung 64, 163f
Digitale Fotografie 162
Energy-Dance® 106
Englisch 117ff
Englisch für Kinder 177
Entspannung 95
Excel 159
Farb- und Stilberatung für Frauen 72
Feldenkrais-Methode® 84
Französisch 123
Frühlingsschmuck 68
Gartenbau 28
Genossenschaftsbewegung 10
Internet für Frauen 95
Kommunikationstraining für Frauen 150
Lach Yoga 91
Marburger Konzentrationstraining 24
Modertionstechnik und Rhetorik 148, 151
Mutter-Kind-Gymnastik 101
Nanas 65
Obstbaumpflege 29
Orientalischer Tanz 47
Rückengymnastik 99
Rückenwellness 100f
Russisch 136
Schallplatten und Audiokassetten digitalisieren 167
Schongymnastik 97
Solare Energiepolitik 26
Spanisch 129
Türkisch 138
Wildkräuter 95
Yoga 88

Naumburg

Fitmacher-Gymnastik 104
Historische Vorträge 16
Rückengymnastik 99
Tanzkreis für Paare 50
Zumba® 105

Niestetal

Digitale Bildbearbeitung 163
Englisch 121
Hatha-Yoga 88
Italienisch 125
Mountainbike Fahrtechniktraining 110
Mountainbike Fahrtechniktraining für Kinder 176
Senioren gehen online 169
Spanisch 129
Windows 153

Oberweser

Museumstag im Weberei-Museum 69
Weben für Kinder 175

Reinhardshagen

Hessentags-Floß 2013 10

Schauenburg

Ausgleichsgymnastik 96
Disco-Fox 51
Lesungen 32f
Yoga 88

Söhrewald

Die Kraft der Stille 95
Farb- und Stilberatung 95
Lachyoga 95
Qigong 92
Rückenwellness 101

Trendelburg

Ausstellung i. LandMuseum Wülmersen 54
Flusspiraten 175
Historische Wanderungen 9
Lesung 33
Rückenfitness 100

Vellmar

Aquarellieren und Zeichnen 57
Ausgleichsgymnastik 96
Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung (PME) 84
Computerschreiben 155
Deutsch als Fremdsprache 141
Disco-Fox 51
Englisch 117ff
Englisch für Kinder 177
Entspannung 74
Filzen 70
Hardanger Stickerei 71
Hatha-Yoga Grund- und Aufbaukurs 88ff
Hebräisch 133
Italienisch 126f
Latin Dance Mix 104
Lesen bereichert das Leben 33
Osteoporosegymnastik/Rückenschule Aufbaukurs 101
Patchwork 70
Pilates 102
Rückengymnastik 99
Spanisch 128ff
Töpfern 67
Töpfern für Kinder 174

Wolfhagen

ABRAHAMS GOLD 16
Access 161
Airbrush 62
Alltagsaufgaben am PC 156
Apple iPad 167
Apple iPhone 167
Ausstellung Legalisierter Raub 16, 54
Blended learning mit Moodle 154
BüroPlus - Ein Warenwirtschaftssys. 147
Business Knigge 147
Chansons und Schlager jüdischer Komponisten 16
Computerschreiben für Kinder 178
Dem Leben eine neue Richtung geben 76
Digitale Bildbearbeitung 64, 163f
Digitale Fotografie 162
EDV-Anwenderkreis 156
Effektiver lernen - effektiver arbeiten 150
Eigencoaching 77
E-Mail für Einsteigerinnen 168
EMIL UND DIE DETEKTIVE 17
Energy Dance® Herz-Kreislauftraining 106
Englisch 117ff
Entspannung 85
Excel 158
Fahrkarten, Verbindungen, Anreise 22
Fatburner - Bodyforming 106
Fitnesstraining 104
Fußreflexzonen-Massage 85
Gitarre 43f
Hindi 134
Historische Vorträge 16
Italienisch 125ff
Judo 176
Keyboard und Klavier 45
Kochen 111f
Kommunikation 150
Lesung 33
Line Dance 49
Marburger Konzentrationstraining 24
Massage 85
Moderationstechnik und Rhetorik 148, 151
Office 155
Osteoporosegymnastik 101
Outlook 150, 161
Pastellmalerei 59
Portraitmalen 56
Powerpoint 160
Problemzonen-Gymnastik 106
Qigong 92
Rücken- und Ausgleichsgymnastik 99
Rückenschule 100
Schallplatten und Audiokassetten digitalisieren 167
Selbsthypnose 79
Senioren gehen online 169
Spanisch 130
Taijiquan 93
Texten fürs Web 170
Windows 153
Word 157
Yoga 87, 90

Zierenberg

Astronomie 25
Grimms Frühlingswiesen 29
Historische Vorträge 16
Holzbildhauerei 66
Kochen 111
Lesen bereichert das Leben 33
Lesungen 32
Nähen 71
Orientalischer Tanz 47
Yoga 88f

STICHWORTE

3D-Gestaltung 166, 179
Abitur 146
ABRAHAMS GOLD 16
Access 160f
Achtsame Sprache 77
Achtsamkeit 82f
Acrylmalerei 57ff
Action-Painting 62
Adobe 64, 165
Aerobic 105f
After-Work-Painting 60
Airbrush 62
Akkordeon-Spiel 45
Akt- und Portraitzeichnen 56
Aktiv- und Wellnesstag 83
Alexander-Technik 79
Alfred Döblin 35
Alphabetisierung 144, 172
Altgriechisch 132
American Folk 44
Angewandte Psychologie 75ff
Antisemitismus 17
Apple 152
Apple iCloud 169
Apple iPad 167
Apple iPhoto 162
Aqua Fitness 107f
Aquarellmalen 57ff
Arabisch 132
Arbeitssuche 151, 158
Archäologie 9
Architektur im Spiegel der Fotografie 62
Asiatiche Pinselschrift 57
Astronomie 25
Augenentspannung am PC 149
Auschwitz 15
Ausdrucksmalen 60f
Ausgleichsgymnastik 96f
Ausstellung Legalisierter Raub 16
Authentizität 74, 76
Autogenes Training 83f
Ayurveda 85

Baby- und Kleinkinder-schwimmen 175f
Badminton 109
Ballett für Kinder 174
Baumesse 26
Baumwanderung 26
Beckenbodengymnastik 101
Bergfried 9
Bergpark Wilhelmshöhe 13
Betriebssysteme 152ff
Bewerbung 142, 151, 158
Bike-Festival 27
Bildbearbeitung 64, 161ff
Bildungsberatung 151
Bildungsprämie 145
Bildungsurlaub 81, 115, 150, 159
Bio-Gärtnern 27
Blended Learning 154f, 165
Blindenschrift 138
Blogs 169
Bochumer Gesundheitstraining 78
Bodyforming - Bodystyling 105f
Böttcherstraße 19
Bogenbau 68
Borodin, Alexander 40
Brasilianisches Portugiesisch 136
Bremen 19
Briefformulierung 158
Brüder Grimm 38
Buchführung 147
Budweis 30
BüroPlus 147
Burg Trendelburg 9
Burn-Out-Prophylaxe 76, 81
Business Knigge 147

Camus, Albert 22
Capella 167
Cardio Tennis 110
Cartoons 27
Charlston 48
Chemie 178
Chinesisch 133
Chöre 42
Clowns-Theater 40
Coaching 77, 148
Comiczeichnen 56
Computerkauf 154
Computerschreiben 155, 178
Computerspiel 179
Corel Draw 166

Dänisch 133
Dampflokomotiven 18
Dance Aerobic 105
DanceVita 49
Dateiablage 154
Datenbankanwendung 160f
Deisel 9
Dessau 18
Deutsch als Fremdsprache 138ff
Deutsch für den Beruf 143
Deutsche Geschichte im 19. und 20. Jahrhundert 8
Deutsch-Integrationskurs für Frauen 141
Didgeridoo 43
Digitale Bildbearbeitung 64, 161fff
Digitale Fotografie 62ff, 161fff
DIN 5008 157
Dönchefführung 24
Dorn-Methode 78
Dreamweaver 170
Drehbuchschreiben 37

EDV für Kids 179
EDV-Anwenderkreis 156
EDV-Einstieg 152ff
Einbürgerungstest 143
Eisenbahn 18
Eisenbahngeschichte 18
Eisenzeit 32
E-Mail 168
EMIL UND DIE DETEKTIVE 17
Energetische Haussanierung 29
Energiepolitik 26
Energy-Dance 106
Englisch 116ff
Englisch für den Beruf 116
Entspannung für Kinder 177
Entspannungs- und Wellnessreisen 80f
Entspannungstechniken 81f
Erfurt 10
Ernährung 110ff
Erzählen lernen 37
EU 20
Europa-Dialog 30
Excel 158f
Exkursion nach Mittelbau-Dora 15
Exkursionen 9, 51ff, 80, 26
Exkursionen zur hessischen Geschichte 9

Facebook 169
Fachwerkbauten 10
Fahrkarten 22
Fahrradexkursion 30
Farb- und Stilberatung 72, 95
Feldenkrais-Methode 84
Ferienkurse 42, 178f
Feuerschlucken 40
Feuerspucken 40
Feuertanz 48
Film- und Videokunst 65
Filzbilder 69
Filzen 69f
Finnisch 133
Fitnessgymnastik 103f
Fjorde 30
Flamenco 48
Flamenco-Gitarre 44
Flößerei 10
Flusspiraten 175
Forum für Gesundheit 74ff
Fotobuch 163
Fotoclub 62
Fotografie 62ff, 161ff
Französisch 123ff
Frauen 19, 76, 83, 95ff, 103, 107, 153
Fresco-Malerei 62
Frühlingsdekoration 68
Fulda 10
Fußreflexzonenmassage 85

Gärtnern 27
Gästeführer 23
Galazien 20
Garten 25
Gebärdensprache 138
Gedächtnistraining 77, 150
Gedenkstätte Breitenau 54
Gemüse 27
Gemüsebaukollektiv 27
Genossenschaftswesen 10
Geologie 24
Gesang 41f
Geschichte der Kas. Kirchen 12
Geschichtswerkst. Volkmarsen 54
Gesundheit im Gespräch 75
Gewaltfreie Kommunikation 77
Gewaltprävention 176
GIMP 164
Gitarre 43f
Goldschmieden 67
Googeln 168
Gropius, Walter 18
Grundeinkommen 20
Gruppen leiten 23

Hamburg 19
Hann. Münden 65
Hanse 19
Hardanger Stickerei 71
Hardware 154
Hatha-Yoga 87f
Hausbau 29
Hebräisch 133
Heilhypnose 79
Heilmittel und -methoden 78ff
Heilpraktiker 78
Heimat 9
Heimwerken 29
Herkules 10
Hessische Geschichte 9
Himmelsscheibe Nebra 9
Hindi 134
Hip-Hop 48
Historische Romane schreiben 37
Hollywood 9
Holocaustgedenktag 17
Holzbildhauerei 66
Holzbogenbau 68
Homepage 23, 171
Homöopathie 80
Hoop-Dance 48, 106
Hormonyoga 90
Hörspiele 40
Hospiz 20
Hugenotten 11
Human Beatbox 46
Hypnose 79

iBooks Author (Apple) 167
Ich beweg`mich! 98
Ikebana 68
Illustrator 165
Imagination 77
InDesign 165
Indoor Cycling 109
Inklusion 181
Inline-Skating 109, 177
Inneren Frieden finden 83
Installation 154
Instrumentalkurse 43ff
Integrationskurse 138ff
Internationale Küche 111f
Internationale Volkstänze 49f
Internet 168ff
Internetseiten erstellen 169f
Internetshop 170
iPad 167
iPhon 167
iPhoto 162
Irische Bodhrán-Trommel 46
Irish Set Dance 49
Italienisch 125ff
iTunes 168
iWeb 169

Japanisch 134
Jobsuche 151, 158
Joomla 170
Juden im Wolfhager Land 16
Judo 176
Junkers-Werke 18

Kaffeerösterei 19
Kafka 34
Kakao 28
Kalligraphie 57
Kant, Immanuel 8, 22
Karate 94
Karlsaue 13
Kassel im Nationalsozialismus 18
Kassel Stadtgeschichte 10
Kasseler Gleisdreieck 18
Kelten 32
Keyboard 45, 174
Keynote 160
Kiew 20
Kinderturnen 176
Kinesiologie 78
Kleinkunst 39
Köln 28
Kommune Niederkaufungen 27
Kommunikation 150,161
Konditions- und Fitness-gymnastik 103
Konfliktmanagem. 23, 77, 148, 150
Konzentrationsfähigkeit 77, 83
Kräuter 29, 80, 111
Kreistänze 50
Kum Nye 90
Kundalini-Yoga 86
Kunst- und Kulturgeschichte 51ff
Kunst und Menschenrechte 53
Kunst-Exkursionen 51
Kunstvorträge 51f

Lachyoga 91, 95
Länderkunde 30
Landgraf Friedrich I 12
Landgraf Karl 10, 13
LandMuseum Wülmersen 33, 54

STICHWORTE

Landschaftsfotografie 63
Latein 134
Latin Dance 107
Latin Fitness 104
Leben mit Hochsensibilität 74, 76
Lebensfreude 77
Lego Mindstorms NXT 179
Leipziger Buchmesse 33
Leopard 152
Lern-/Prüfungsstress 78
Lerntechniken 150
Lesen und Schreiben für Erwachsene 144
Lesungen 32f, 142
Lightroom 64, 163
Literarisches Café 34
Literatur 32ff
Literaturgeschichte 8
Literaturkreis 33
Logik 24
Lokführer 19
Lüneburg 10

M
Mac 152
Märchen 64
Malen 57ff
Mal-Ferien 58
Maltreff 58
Mal-Wochenende 174
Mappenvorbereitungskurs 55
Marburg 9
Marburger Konzentrationstraining 24
Massage 85f
Mathematik 24, 146, 178
Maus- und Tastaturtraining 153
Meditation 94
Meditation im Kloster 94
Messerschärfen 68
Metallskulpturen 66
Microcontroller-Technik 172
Mieterrechte 22
Mikroskopie 26, 178
Miniaturwunderland Hamburg 19
Moderationstraining 23, 148
Modersohn-Becker, Paula 19
Modezeichnen 72
Moodle 6, 141, 154, 155, 165
Mosaik 67
Motivation 23
Mountain Lion 152
Mountainbike-Fahrtechniktraining 110, 176
MP3 168
Münzenberg 18
Multimedia 161ff
Musik 40ff, 167
Musik und Computer 167
Musikgeschichte 40f
Musikwerkstatt 43ff
Muskelaufbau an Geräten 108

N
Nachtfotografie 64
Nähen 71f
Nanas 65f
Nationalsozialismus 15, 19
Nationalsozialismus im Wolfhager Land 16
Nationalsozialistische Volksgemeinschaft 17
Netzwerk einrichten 154
Neugriechisch 134f
Nibelungen 35
Niederländisch 135
Nordic Walking 108
Norwegen 30
Norwegisch 135
Notensatz 167
NSU 19
Nuno-Filzen 69

O
Obstbäume 27
Öffentlichkeitsarbeit 23
Ölmalerei 56, 60
Office-Anwendungen 155ff
Onlineshop 170
Orangerie 13
Orientalischer Tanz 46f
Orientierungskurse 142
Osteophatie 78
Osteoporosegymnastik 101
Outlook 161

P
Pages 158
Pastellmalerei 59
Patchwork 70
Perkussion 46
Persönlichkeitsentw. 75ff, 147
Philosophiegeschichte 8, 22
Photoshop 64, 165
Photovoltaik 26
Physik 178
Picasa 162f
Pilates 101f
Pilates trifft Yoga 102
Pilates und Callanetics 102
Plastisches Gestalten 65f
Playback-Theater 39
Polnisch 135
Portraitmalerei 56
Portugiesisch 136
Positive Lebensführung 75, 77
Powerpoint 160
Power-Yoga 86, 91
Präsentation 160
Programmierung 171, 179
Progressive Muskelentspannung 84
Projektmanagement 171
Prüfungen 142, 151, 179
Psychologie für den Alltag 75ff
Public Relations 23
Punisch 136

Q
Qigong 91f

R
Radfahren 27
Rangierbahnhof Kassel 18
Rapunzel 9
Raqs Sharqi 46f
Rathausführungen 14
Rechenschwäche 178
Rechtschreibung und Zeichensetzung 146
Rechtsterrorismus 19
Regionalgeschichte 9
Regionalmuseum Wolfhagen 54
Regiotram 18
Reinhardswald 9, 26
Reisen 9
Reisen und Gesundheit 80f
Ringwallanlage 9
Rock´n´Roll 48
Römer 18
Römische Geschichte 9
Rohloff 27
Rudern 109
Rückengymnastik, -schule 98ff
Rückenwellness 100f
Russen 20
Russisch 136

S
SAFE® 24
Salsa 47
Salsa Aerobic 106
Salutogenese 92
Schauspiel 39f
Schmieden 68
Schokoladenmuseum 28
Schreibkurs Toskana 36
Schreibwerkstatt 35ff, 80, 172
Schüssler-Salze 74
Schwarz-Weiß-Dunkelkammer 62
Schwedisch 137
Schwimmen 107f, 175f
Selbstbehauptung 76, 94
Selbsthypnose 79
Selbstverteidigung 94, 176
Seniorengymnastik 96
Seniorenservicez. Baunatal 22f
Seniorentanz 48, 50
SEO 171
Serienbriefe 158
Sibirische Kulturtage 63
Singles 76
SketchUp 166
Snow Leopard 152
Solidarische Landwirtschaft 27
Sommeraka. Holzbildhauerei 66
Sommerkurse 141
Sonnenenergie 26
Sopran-Blockflöte 174
Soziale Netzwerke 169
Spanisch 127ff
Spaziergangswissenschaft 13
Spinning 109
Sport Spiel – Spaß 108
Sport und Spiel für Kinder 176
Stadtführer 23
Stadtgeschichte Kassel 10
Stadt-Rad-Führungen 13
Städel Museum Frankfurt 51
Standard- und Lateinamerikanische Tänze 50
Starke Eltern – Starke Kinder® 24
Steinbildhauerei 65
Steinzeit 9
Stepptanz 48
Steuerrecht 23
Stimmbildung 41f
Stressbewältigung 76, 81ff, 150
Stressmanagement 76, 81ff, 150
Stricken 70
Studium generale 8
Suchmaschinenoptimierung 171
Südböhmen 30
Süskind, Patrick 32
Sylt 80, 164
Synagoge 10

T
Tabellenkalkulation 158f
Tabori, George 22
Taekwondo 94
Tagebuch schreiben 36
Taijiquan 93
Tango 48
Tante JU 18
Tanz Aktuell 46ff
Tanzgymnastik 98
Tanzkreis 50
Tastschreiben 155
Taunus 18
Team-Management 148
Telefontraining 149
Terrorismus 19
Test-DaF 144
Textverarbeitung 155ff
Thailändisch 137
Theater 39f
Themen im Gespräch 19
Thüringen 10
Tierfotografie 63
Tomatenanbau 28
Töpfern 66f
Traditionelle Chinesische Medizin 75, 78, 110
Trendelburg 9
Trickfilm 166
TrophoTraining® 84
Tschechisch 137
Türkisch 138
Twitter 169

U
Über den Dächern der Uni 14
Ukraine 20
Ukulele 44
Ungarisch 138
USA 30

V
Väter-Kind-Wochenende 175
Veränderung 76f
Verbraucherrechte 22
Veredeln im Obstbau 29
Vereinssatzung 22f
vhs-Chöre 42
vhs-Orchester 43
Videokurse 65
Videoschnitt 166
Vinyasa Yoga 86
Visual Basic 171
Vogelbeobachtung 25

W
Wald 26, 29
Waldviertel 30
Warenwirtschaftssystem 147
Wassergymnastik 108
Wasserkunst Wilhelmshöhe 13
Wasserkünste 13
Weberei-Museum Kircher 69
Web-Seiten erstellen 169f
Wege zum musik. Verstehen 40f
Wein 112
Weißrussland 20
Weltwirtschaftskrise 1029 18
Weser 10
Westfälischer Frieden 10
Wetterau 18
Wiederaufbau Kassels 14
Wildkräuter 28
Willemsen, Roger 32
Willingen 27
Windows 152ff
Windpark 10
Windsurfing 109
WingTsun 94
Wirtschaftsgeschichte 8
Wissenschaftliches Arbeiten 157
Wollwerkstatt 69
Word 155ff
XING 169

X
Xpert Europäischer Computerpass 151
Xpert personal business skills 148

Y
Yoga 80, 86ff
Yoga und Meditation 90
Yoga und Rückenschule 89
YouTube 169

Z
Zeichnen 56f
Zertifiziertes EDV-Wissen 151
Ziele erreichen 77
Zumba® 104f
Zumba Gold® 105